

月刊 令和5年11月催事案内

※プログラムは、予告なしに変更・中止になる場合があります

利用証の更新も行っております。まだ更新していない方は、旧利用証と住所のわかる書類(健康保険証など)をご持参のうえ更新手続きをしてください。

第44回 文化祭開催のご案内

令和5年11月10日(金)・11日(土) 9時30分開館

日頃のクラブ活動の成果を皆様へ披露いたします。
今年度はクラブ体験会(卓球・将棋)など新たな取り組みも企画し、「楽しく充実した二日間」にしたいと考えております。皆さまのご来館を心よりお待ちしております。

※一般の方の駐車場はございません。公共交通機関等をご利用の上ご来館ください。

16ビートを楽しむ教室

11月28日(火曜日)

13:00スタート

定員24名程度



シルバーリハビリ体操

11月24日(金曜日)

13:00スタート

定員20名程度



一般カラオケ

午前の部 10:30から抽選 定員15名

午後の部 13:00から抽選 定員20名



※飛び入りの参加も受付けております。

人数に限りがある為、歌えない場合もあります。予めご了承ください。

問合せ先

船橋市中央老人福祉センター

〒273-0866 船橋市夏見台1-11-3

電話:047-438-1105 FAX:047-438-1104

利用時間:午前9時30分から午後4時まで

休館日:日曜日・祝日・年末年始(12/29~1/3)

令和5年11月健康体操予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1 太極	2 (氣功教室)	③ 休館 文化の日	4 いきいき 体操
⑤	6	7	8	9	10	11
休館	(ヨガA)	若葉	文化祭準備	文化祭準備	文化祭	文化祭
⑫	13	14	15	16	17	18
休館	(ヨガB)	若葉	太極	(氣功教室)	紅葉	いきいき 体操
⑲	20	21	22	⑳ 休館 勤労感謝の 日	24	25
休館	(ヨガA)	若葉	太極		紅葉	—
㉒	27	28	29	30		
休館	(ヨガB)	若葉	太極	(氣功教室)		

火曜日:若葉は初心者向けの体操です。

金曜日:紅葉は若葉から少しステップアップ!中級者向けの体操です。

☆太極拳のみ 9時55分より抽選(定員20名)

☆体操時間は10時から約1時間(但し、木曜日・土曜日は10時~12時)

※ヨガA/B・氣功教室・いきいき体操は、事前登録者のみ参加できます。

※筆記用具・バスタオル・汗拭きタオル・水分補給飲料をご持参下さい。

【今月の予定】

11月4・18日(土) 10:00~11:30 卓球フリー(自由参加)

11月22日(水) 午後 ミニミニ講座(消費生活センター)

11月22日(水) 午前 移動交番(船橋警察署)

※ 11/8(水)・9(木)は浴室のみ利用可能です。(一般カラオケはお休みです)

※ 文化祭開催の為、11/10(金)の浴室はお休みです。

