

# 月刊 令和6年 1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

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)



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。

明けまして  
おめでとうございます  
本年も皆様が安心して  
楽しくご利用できるように  
努めてまいります。  
笑顔でのご来館を職員  
一同心よりお待ちしております。



**新春コンサート**  
日 時 1月17日(水)  
正午~12:45  
募集人数 50名  
(定員に達し次第受付終了)  
演 奏 大正琴 琴江会  
(船橋市ボランティアセンター登録グループ)  
※ご希望の方は事務室まで

## 当日自由参加

16ビートを楽しむ教室  
1月9・23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  
1月26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。

## 令和6年1月健康体操予定表

| 日  | 月          | 火  | 水  | 木      | 金  | 土      |
|----|------------|----|----|--------|----|--------|
|    | ①          | 2  | 3  | 4      | 5  | 6      |
|    | 休館         | 休館 | 休館 | (気功教室) | 紅葉 | いきいき体操 |
| ⑦  | ⑧          | 9  | 10 | 11     | 12 | 13     |
| 休館 | 休館<br>成人の日 | 若葉 | 太極 | (気功教室) | 紅葉 | -      |
| ⑭  | 15         | 16 | 17 | 18     | 19 | 20     |
| 休館 | (ヨガA)      | 若葉 | 太極 | (気功教室) | 紅葉 | いきいき体操 |
| ⑳  | 22         | 23 | 24 | 25     | 26 | 27     |
| 休館 | (ヨガB)      | 若葉 | 太極 | (気功教室) | 紅葉 | -      |
| ㉘  | 29         | 30 | 31 |        |    |        |
| 休館 | (ヨガA)      | 若葉 | 太極 |        |    |        |

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・気功教室・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】

1月6・20日(土) 10:00~11:30 卓球フリー(自由参加)  
1月13日(土) 10:00~11:30 撞球フリー  
1月9日(火) 午前 ミニミニ講座(消費生活センター)



| 令和6年<br>1月 | 月曜日   |   |    | 火曜日   |   |    | 水曜日                                      |   |    | 木曜日  |   |    | 金曜日                                   |   |    | 土曜日   |   |    | 日曜日 |
|------------|---|---|----|---|---|----|--|---|----|--|---|----|---------------------------------------|---|----|---|---|----|-----|
|            | AM  | 昼 | PM | AM  | 昼 | PM | AM                                       | 昼 | PM | AM   | 昼 | PM | AM                                    | 昼 | PM | AM  | 昼 | PM |     |
| 休館日        | 1<br>辰<br>元日<br>鳥<br>山<br>茄子                          |   |    | 2<br>0<br>振替休日<br>熊<br>お  |   |    | 3<br>休館日<br>年未年始<br>お                    |   |    | 4<br>華道<br>卓球<br>気功教室<br>ウクレレ<br>卓球                        |   |    | 5<br>陶芸C<br>陶芸C<br>舞踊自<br>舞踊<br>紅葉体操  |   |    | 6<br>民謡自<br>パソコン<br>卓球フリー<br>いきいき体操<br>健康麻雀同好会  |   |    | 休館日 |
|            | 8<br>休館日<br>成人の日                                      |   |    | 9<br>陶芸B<br>脳トレ<br>若葉体操<br>陶芸B<br>16ビート                           |   |    | 10<br>詩吟<br>ダンス<br>手芸<br>太極拳             |   |    | 11<br>水墨画<br>卓球<br>盆栽<br>卓球<br>気功教室<br>ウクレレ同好会<br>ネイルケアサロン |   |    | 12<br>利用者会議<br>書道<br>コーラス自<br>紅葉体操    |   |    | 13<br>絵画<br>卓球自<br>卓球自<br>健康麻雀同好会<br>撞球フリー      |   |    |     |
|            | 15<br>ハーモニカ<br>ハワイアン<br>ヨガ体操A<br>手編同好会<br>折り紙<br>コーラス |   |    | 16<br>陶芸A<br>ばか面<br>若葉体操<br>陶芸A<br>ペン習字教室                         |   |    | 17<br>俳句<br>民謡<br>ペン習字<br>太極拳<br>迎春コンサート |   |    | 18<br>華道<br>卓球<br>ウクレレ<br>卓球<br>気功教室                       |   |    | 19<br>陶芸C<br>陶芸C<br>舞踊自<br>舞踊<br>紅葉体操 |   |    | 20<br>民謡自<br>パソコン<br>卓球フリー<br>いきいき体操<br>健康麻雀同好会 |   |    |     |
|            | 22<br>カラオケ自<br>ヨガ体操B<br>カラオケ                          |   |    | 23<br>陶芸B<br>クラブ連協⑥<br>若葉体操<br>陶芸B<br>16ビート<br>茶道自<br>茶道<br>消防訓練② |   |    | 24<br>詩吟<br>ダンス<br>手芸<br>太極拳             |   |    | 25<br>水墨画<br>卓球<br>盆栽<br>卓球<br>気功教室                        |   |    | 26<br>書道<br>シルリハ<br>コーラス自<br>紅葉体操     |   |    | 27<br>絵画<br>卓球自<br>卓球自<br>健康麻雀同好会               |   |    |     |
|            | 29<br>カラオケ自<br>ヨガ体操A<br>カラオケ                          |   |    | 30<br>陶芸A<br>若葉体操<br>陶芸A<br>ペン習字教室                                |   |    | 31<br>俳句<br>民謡<br>ペン習字<br>太極拳            |   |    |  |   |    |                                       |   |    |   |   |    |     |