

# 月刊 令和6年5月 催事案内

(プログラムは予告なしに、変更・中止となる場合もあります。)

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。



## 当日自由参加のご案内

**16ビートを楽しむ教室**  
~リズムに合わせて、身体をうごかさう~  
5月14日・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**  
5月24日(金曜日)  
13:00スタート  
定員20名程度

**一般カラオケ(集会室)**  
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。  
人数に限りがあるので、歌えない場合もあります。予めご了承ください。

### 【今月の予定】

- 5月11日(土) 10:00~11:30 撞球フリー(自由参加)
- 5月20日(月) お昼 ミニミニ講座(消費生活センター)
- 5月18日(土) 10:00~11:30 卓球フリー(自由参加)
- 5月20日(月) 午前中 移動交番(船橋警察署)
- 5月25日(土) 10:00~11:30 囲碁・将棋フリー(自由参加)

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6年5月健康体操予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	③	④
			太極	(気功教室A)	休館 憲法記念日	休館 みどりの日
⑤	⑥	7	8	9	10	11
休館 こどもの日	休館 振替休日	若葉	太極	(気功教室B)	紅葉	-
⑫	13	14	15	16	17	18
休館	(10:00~ヨガB) (11:30~ヨガA)	若葉	太極	(気功教室A)	午前 紅葉 午後 いきいき体操	-
⑲	20	21	22	23	24	25
休館	(ヨガA)	若葉	太極	(気功教室B)	紅葉	いきいき 体操
⑳	27	28	29	30	31	
休館	(ヨガB)	若葉	-	(気功教室A)	紅葉	

月曜日:ヨガA/B (事前登録者のみ)

火曜日:若葉体操 初心者向けの体操 (当日先着 定員40名程度)

水曜日:太極拳 (当日先着 定員20名程度)

木曜日:気功教室A/B (事前登録者のみ)

金曜日:紅葉体操 中級者向けの体操 (当日先着 定員40名程度)

※体操時間は10時から約1時間です。開始時間までにはお越しください。

(但し、木曜日・土曜日は10時~12時、月曜日は変更の場合あり)

※バスタオル・汗拭きタオル・水分補給飲料をご持参下さい。

※体調不良とセンターが判断した場合は参加をご遠慮していただきます。



