

西老人福祉センター 12月

〒273-0047
船橋市藤原 3-2-15 西部福祉会館内
TEL:047-429-0810
FAX:047-429-0739
e-mail : n_nishiroujin@eco.ocn.ne.jp

令和6年 11月25日発行
指定管理者：社会福祉法人 船橋市社会福祉協議会 ☎047-431-2653

つい最近まで半袖を着ていたのに、もう1年が終わろうとしています。
寒暖差に注意！ ヒートショックについても今一度確認しましょう。



年末民謡コンサート

12/4(水)

13:00~14:30

出演:鳥居明美(カラオケクラブ 講師)

坂本りえ(民謡歌手)

申込不要

※カラオケは午前で終了です



面白ゼミナール⑨

12/10(火)

13:30~14:30

もう体験しましたか？

見学での参加もできます



消防訓練

12/12(木)

15:10~15:40

避難訓練のご協力をお願いします

※訓練室・カラオケは

15時で終了です



和室でレクリエーション

12/13(金)③・12/27(金)④

10:30~12:00

水曜日の健康ロコモ、端谷先生による

ゲームで脳トレ！

輪投げなどで大盛り上がりです



かんたん料理教室

12/18(水)

10:00~12:00

「クリスマスプレート」

材料費：1,000円

先着16名・詳細は受付まで

自由参加の体操

(3階集会室・各1時間程度)

月	火	水	木	金	土	日
10:30~	10:30~	10:30~	10:30~	13:30~		休館日
健康ヨガ	太極拳 (定員18名)	健康ロコモ体操	ふなばしシルバー リハビリ体操	リズム&ストレッチ		



過去のお知らせ をインターネットでご覧になることができます。
スマートフォンをお持ちの方はこちらの QR コードからどうぞ➡
やり方のわからない方は最寄りの職員におたずねください。



R6. 12月の行事予定

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7	日
午前	健康 ヨガ 陶芸 B 社交 ダンス	太極 拳 茶道 パン 販売	健康 ヨガ パン 習字	シルハ 体操 陶芸 A	折紙 カラオケ B		
午後		書道 カラオケ A	年末民謡 コンサート	新 舞踊	リズム &スト ウクレレ		
午前	健康 ヨガ 陶芸 B	太極 拳 パッチ ワーク 華道	健康 ヨガ 大正 琴	シルハ 体操 陶芸 A	ほろみ 体操		
午後	民謡	Cスト レッチ 面白ゼミ	フラ ダンス	いきいき 健康教室 消防訓練	リズム &スト ウクレレ 和室で レク		
午前	健康 ヨガ 陶芸 B	太極 拳 茶道 パン 販売	健康 ヨガ パン 習字 料理教室	シルハ 体操 陶芸 A	折紙 カラオケ B		
午後	社交 ダンス	書道 カラオケ A		新 舞踊	リズム &スト ウクレレ 絵 手紙		
午前	健康 ヨガ	太極 拳 パッチ ワーク 華道	健康 ヨガ 大正 琴	シルハ 体操	ほろみ 体操		
午後	民謡	Cスト レッチ	フラ ダンス	いきいき 健康教室	リズム &スト ウクレレ 和室で レク		
午前	休館	休館					
午後							

日曜・祝日休館

◇今月の休館日◇
 12/29(日)～R7/1/3(金)年末年始
 および毎週日曜日