



令和七年がスタートです。
今年も当センターを
よろしくお願い申し上げます。



朝の入館に関するお願い

当センターの開館時間は9時半です。

玄関は10分前に開きますが、開館時間の9時半までは1階の待合いでお待ちください。

玄関からの入場、及び2階に上がる際には、先に来られた方から順番に進んで頂き、無理な追い越しや階段の駆け上がりは決してなさないようお願い致します。

クラブ見学のおすすめ

新しい年、何か新たに始めたいとお考えの方、

来年度のクラブ申込みを前にお悩みの方、

クラブの見学をしませんか。どうぞお気軽に2階受付までお申し出ください。



スマホ相談会
1 / 17 (金)
事前申込み不要。
当日朝、先着順で相談できます。

面白ゼミナール
1 / 14 (火)
年末年始、お休みしていた脳に刺激を与えましょう。飛び入り参加大歓迎。

和室でレクリエーション
1 / 1 / 2410 (金) (金)
⑥ ⑤
手遊びや言葉遊び、輪投げもできます。
これから参加もOK。

自由参加の健康体操

月	火	水	木	金	土	日
10:30~	10:30~	10:30~	10:30~	13:30~		
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		休館日

(各1時間程度)

船橋市西老人福祉センター

〒273-0047 船橋市藤原 3-2-15 西部福祉会館内

TEL:047-429-0810 e-mail:n.nishiroujin@eco.ocn.ne.jp

R7. 1月の行事予定

	月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4	
午前	◇今月の休館日◇ 1/1(水)~3(金) 年始 1/13(月) 成人の日 および毎週日曜日		休館	休館	休館	OPEN!	
午後							
	6	7	8	9	10	11	
午前	健康ヨガ 社交ダンス 陶芸B	太極拳 茶道 パン販売	健康ロコモ 大正琴	シルハ体操 陶芸A	折紙 ほろみ体操 和室でレク		
午後		書道 カラオケA	フラダンス	いきいき健康教室 新舞踊	リズム&スト ウクレレ 絵手紙		
	13	14	15	16	17	18	
午前	休館	太極拳 パッチワーク 華道	健康ロコモ パン習字	シルハ体操 陶芸A	折紙 カラオケB スマホ相談会		
午後		Cストレッチ 面白ゼミ		新舞踊	リズム&スト ウクレレ 絵手紙		
	20	21	22	23	24	25	
午前	健康ヨガ 社交ダンス 陶芸B	太極拳 茶道 パン販売	健康ロコモ 大正琴	シルハ体操 陶芸A	ほろみ体操 和室でレク		
午後	民謡	書道 カラオケA	フラダンス	いきいき健康教室	リズム&スト ウクレレ		
	27	28	29	30	31		
午前	健康ヨガ 陶芸B	太極拳 パッチワーク 華道	健康ロコモ パン習字	シルハ体操			
午後	民謡	Cストレッチ			リズム&スト		

日曜・祝日休館