

船橋市西老人福祉センター 令和7年6月

年々、早くなる夏の訪れ☀️ これまでの常識にとらわれず、早め早めの熱中症対策を！

センター看護師による 健康管理講座

「熱中症予防について」
6/10(火)12:00~12:10
2階大広間
知っておきたい予防法。
申込み不要。

「脳トレ教室」

元気にハイ!③
小林 雅一 先生
6/10(火)13:30~14:30
2階趣味教養室
認知症予防に効果大!
見学もOK。

スマホ相談会①

6/13(金)11:00~13:00
2階ロビー
ご好評につき今年度も
4回実施予定。当日申込順。

和室でらくらく体操

久保田 智義 先生
① 6/13(金)・② 6/27(金)
10:30~12:00
2階趣味教養室
9月までの全8回。
申込みは受付まで。

かんたん料理教室①

～船橋産-旬を楽しむワザ!～
八重柏 正子 先生
6/20(金)10:00~12:00
3階実習室
材料費：1,000円
定員 16名
申込みは受付まで。

2階ロビーにて
大盛況!

三二健康器具コーナー



どのように使うかは
センターにいらして
お確かめください!

自由参加の健康体操

(各1時間程度)

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

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

指定管理者：社会福祉法人 船橋市社会福祉協議会 ☎047-431-2653



R7. 6月の行事予定



	月	火	水	木	金	土	日
	2	3	4	5	6	7	
午前	健康ヨガ 陶芸B 社交ダンス	太極拳 茶道 パン販売	健康ロコモ ペン習字	シリハ体操 陶芸A	折紙 カラオケB		
午後		カラオケA		新舞踊	リズム&スト ウクレレ 絵手紙		
	9	10	11	12	13	14	
午前	健康ヨガ 陶芸B	太極拳 パッチワーク 華道 健康管理講座	健康ロコモ 大正琴	シリハ体操 陶芸A	ほろみ体操 和室でらくらく		
午後	民謡	Cストレッチ 脳トレ	フラダンス	いきいき健康教室	リズム&スト ウクレレ スマホ相談会		
	16	17	18	19	20	21	
午前	健康ヨガ 陶芸B 社交ダンス	太極拳 茶道 パン販売	健康ロコモ ペン習字	シリハ体操 陶芸A	折紙 カラオケB かんたん料理教室		
午後		書道 カラオケA	フラダンス	新舞踊	リズム&スト ウクレレ 絵手紙		
	23	24	25	26	27	28	
午前	健康ヨガ	太極拳 パッチワーク 華道	健康ロコモ 大正琴	シリハ体操 クラブ連協	ほろみ体操 和室でらくらく		
午後	民謡	Cストレッチ 書道		いきいき健康教室 消防訓練	リズム&スト ウクレレ		
	30						
午前	健康ヨガ						
午後							

日曜・祝日休館

◇今月の休館日◇
毎週日曜日