

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。

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 社交 ダンス	陶芸 B	健康 ロコモ	シリハ 体操	折紙		
午後		太極 拳	健康 ロコモ	新 舞踊	リズム &スト		
		茶道	ペン 習字	陶芸 A	カラオ K B	絵 手紙	
		パン 販売			ウクレ		
		カラオ K A					
	9	10	11	12	13	14	
午前	健康 ヨガ	太極 拳	健康 ロコモ	シリハ 体操	ほろ み体操		
午後	民謡	華道	大正 琴	陶芸 A	和室で らくらく		
		健康管理 講座			スマホ 相談会		
		C ス トレッチ	フラ ダンス	いきいき 健康教室	リズム &スト		
		脳トレ			ウクレ		
	16	17	18	19	20	21	
午前	健康 ヨガ	太極 拳	健康 ロコモ	シリハ 体操	折紙		
午後		茶道	健康 ロコモ	陶芸 A	カラオ K B		
		パン 販売	ペン 習字		リズム &スト	絵 手紙	
		書道	フラ ダンス	新 舞踊	ウクレ		
		カラオ K A					
	23	24	25	26	27	28	
午前	健康 ヨガ	太極 拳	健康 ロコモ	シリハ 体操	ほろ み体操		
午後	民謡	華道	大正 琴	クラブ 連協	和室で らくらく		
		C ス トレッチ		いきいき 健康教室	リズム &スト		
		書道		消防 訓練	ウクレ		
	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