

# 船橋市西老人福祉センター

## 令和7年9月



来月10月は文化祭。参加される皆さん、暑さに負けず練習に制作、頑張ってください。職員一同楽しみにしています😊

### ✓今月のイベントです↓

#### 「脳トレ教室」元気にハイ!⑤

小林 雅一 先生  
 9/9(火)13:30~14:30  
 2階趣味教養室  
 認知症予防に効果大!  
 これからの参加や見学也大歓迎。



#### 和室でらくらく体操

久保田 智義 先生  
 ⑦ 9/12(金)  
 ⑧ 9/26(金)  
 10:30~12:00 2階趣味教養室  
 今月が最終です。お忘れなく!



#### スマホ相談会②

市民スマホコンシェルジュ  
 9/12(金)11:00~13:00  
 2階ロビー  
 一人原則15分以内、当日申込順。  
 今年度4回予定。



#### かんたん料理教室②

~秋の味覚たっぷり  
 ランチ&デザート!~  
 八重柏 正子 先生  
 9/17(水)10:00~12:00  
 3階実習室  
 材料費:1,000円  
 先着16名 申込みは受付まで。



### 各老人福祉センターの文化祭日程です↓

**中央老人**  
 10/3(金)  
 ・4(土)

**西老人**  
 10/9(木)  
 ・10(金)

**北老人**  
 10/17(金)  
 ・18(土)

**東老人**  
 10/23(木)  
 ・24(金)

**南老人**  
 10/30(木)  
 ・31(金)

### 自由参加の健康体操です↓

(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		

### 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. 9月の行事予定

	月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6	
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 ペン習字	シリハ体操 陶芸 A	折紙 カラオケ B		
午後		書道 カラオケ A		新舞踊	リズム&スト ウクレレ 絵手紙		
	8	9	10	11	12	13	
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 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		
	15	16	17	18	19	20	
午前	いっまでもぎんぎでね 休館	太極拳 茶道 パン販売	健康ロコモ かんたん料理教室 ペン習字	シリハ体操 陶芸 A	折紙 カラオケ B		
午後		書道 カラオケ A		新舞踊	リズム&スト ウクレレ 絵手紙		
	22	23	24	25	26	27	
午前	健康ヨガ	休館	健康ロコモ 大正琴	シリハ体操 文化祭実行委員	ほろみ体操 和室でらくらく		
午後	民謡		フラダンス	いきいき健康教室	リズム&スト ウクレレ		
	29	30	<div data-bbox="683 1803 1093 2016" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;"> <p>◇今月の休館日◇                      9/15(月) 敬老の日                      9/23(月) 秋分の日                      および毎週日曜日</p> </div>				
午前	健康ヨガ 社交ダンス 陶芸 B	太極拳 パッチワーク 華道 茶道					
午後		Cストレッチ					

日曜・祝日休館