

月刊 令和8年3月 催事案内

※プログラムは予告なしに、変更・中止になる場合があります。
 ※館内を利用する際は、利用証が必要です(市内居住の方:無料・市外居住の方:200円)
 ※利用証の作成には、本人確認のできるマイナンバーカードなどを持参してください。
 ※利用証をお持ちの方は、ご利用の前に利用証を受付に提示してください。

問合せ先
 船橋市中央老人福祉センター
 〒273-0866 船橋市夏見台1-11-3
 電話:047-438-1105 FAX:047-438-1104
 利用時間:午前9時30分から午後4時まで
 休館日:日曜日・祝日・年末年始(12/29~1/3)



募集のご案内

健康講演会「高齢者の口腔ケア」

日時:令和8年3月5日(木)
 13時30分~14時30分
 講師:ツカモト歯科医院 (船橋市飯山満町)
 院長 塚本匡志 (ツカモトマサシ)先生
 募集:30名程度(定員に達し次第×切)
 ※ご希望の方は、受付でお申し込みください。



令和8年度「脳トレ教室」



●毎月第2火曜日/全12回 10時30分~11時30分
 ※ご希望の方は、3月15日号の「広報ふなばし」をご覧ください。

リズム体操(定員24名)	3/10.24(火)	13時~
シルバーリハビリ体操(定員20名)	3/27(金)	13時~
卓球フリー	3/7.21(土)	10時~11時30分
ビリヤードフリー	3/14(土)	10時~11時30分
ミニミニ講座(消費生活センター)	3/24(火)	お昼
移動交番	3/19(木)	午前
囲碁・将棋フリー	3/28(土)	10時~11時30分

令和8年3月健康体操予定表

日	月	火	水	木	金	土
①	2	3	4	5	6	7
休館	ヨガA	若葉	太極拳	気功	紅葉	いきいき体操
⑧	9	10	11	12	13	14
休館	ヨガB	若葉	太極拳	気功	午前 紅葉 午後 いきいき体操	-
⑮	16	17	18	19	⑳	21
休館	ヨガA	若葉	太極拳	気功	休館 春分の日	-
㉒	23	24	25	26	27	28
休館	ヨガB	若葉	太極拳	気功	紅葉	-
㉑	30	31				
休館	-	若葉				

月曜日:ヨガA/B (事前登録者のみ)
 火曜日:若葉体操 初心者向けの体操(当日先着 定員40名程度)
 水曜日:太極拳(当日先着 定員20名程度)
 木曜日:気功教室(事前登録者のみ)
 金曜日:紅葉体操 中級者向けの体操(当日先着 定員40名程度)
 ※体操時間は10時から約1時間です。開始時間までにはお越しください。
 (但し、木曜日・土曜日は10時~12時、月曜日は変更の場合あり)
 ※バスケット・汗拭きタオル・水分補給飲料をご持参下さい。
 ※体調不良とセンターが判断した場合は参加をご遠慮していただきます。
 ※プログラムは予告なしに変更・中止になる場合があります。

一般カラオケ(集会室)

午前の部 10:30から抽選 定員15名
 午後の部 13:00から抽選 定員20名
 ※飛び入りの参加も受付けております。

※人数に限りがあるので、歌えない場合もあります。予めご了承ください。



令和8年 3月	日曜日	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			金曜日			土曜日		
		AM	昼	PM	AM	昼	PM	AM	昼	PM	AM	昼	PM	AM	昼	PM	AM	昼	PM
	1 休館日	2			3			4			5			6			7		
		ハーモニカ	折り紙	陶芸A	陶芸A	俳句	民謡	華道	ウクレレ	陶芸C	陶芸C	民謡自							
		ハワイアン	コーラス	ばか面	ペン習字教室	ペン習字	卓球	卓球	舞踊	卓球フリー	パソコン								
		ヨガA	若葉	太極拳	気功	紅葉	いきいき体操												
		ハーモニカクラブ発表会		健康講演会(歯科)/ツカモト歯科医院	カラオケクラブ新春祭														
		夏見ミュージックサークル	クラブ連協⑥	麻雀同好会			麻雀同好会												
			陶芸研修																
	8 休館日	9			10			11			12			13			14		
			手芸	陶芸B	陶芸B	詩吟	水墨画	盆栽	陶芸役員会	書道	絵画	絵画教室							
		カラオケ自	カラオケ	脳トレ	リズム体操	ダンス	卓球	卓球	コーラス自	卓球自	卓球自	卓球自							
		ヨガB	若葉	太極拳	気功	紅葉	いきいき体操												
			茶道自	茶道	PULUMELIA 11:45~13:00	陶芸役員会	朗読いろは	麻雀同好会	麻雀同好会										
				陶芸研修	ハンドケアサロン	ビリヤードフリー													
	15 休館日	16			17			18			19			20 休館日 春分の日	21				
		ハーモニカ	折り紙	陶芸A	陶芸A	俳句	民謡	華道	ウクレレ	民謡自									
ハワイアン		コーラス	ばか面	ペン習字教室	ペン習字	卓球	卓球	卓球フリー	パソコン										
ヨガA		若葉	太極拳	気功	ともえクラブ														
		夏見ミュージックサークル	移動交番	麻雀同好会			麻雀同好会												
		陶芸研修																	
22 休館日	23			24			25			26			27			28			
		手芸	陶芸B	陶芸B	詩吟	水墨画	盆栽	書道	絵画	絵画教室									
	カラオケ自	カラオケ		リズム体操	ダンス	卓球	卓球	コーラス自	シルリハ	卓球自	卓球自								
	ヨガB	若葉	太極拳	気功	紅葉														
		ミニミニ講座	健康講演会																
	茶道自	茶道	朗読いろは	麻雀同好会	麻雀同好会														
			陶芸研修	囲碁・将棋フリー															
29 休館日	30			31															
	ハーモニカ	折り紙	陶芸B	陶芸B															
	ハワイアン	コーラス	カラオケ自	カラオケ															
			若葉																