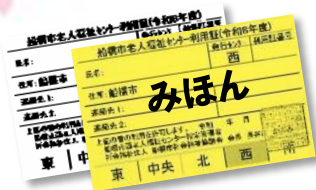


# 西老人福祉センター 4月

〒273-0047  
船橋市藤原 3-2-15 西部福祉会館内  
TEL:047-429-0810  
FAX:047-429-0739  
e-mail : n\_nishiroujin@eco.ocn.ne.jp

令和 8 年3月25 日発行  
指定管理者 社会福祉法人 船橋市社会福祉協議会 ☎ 047-431-2563

## 令和8年度 利用証の更新が始まります



今年は … 黄(市内)  
白(市外)

更新時期:令和 8 年 4 月 1 日～  
受付時間:9:30～16:00  
受付場所:2 階受付  
持ち物:住所を確認できる公的証明書  
(マイナンバーカード・運転免許証など)



## 自由参加の健康体操のスケジュール

月曜日	: 健康ヨガ	10:30～11:30
火曜日	: 太極拳(定員20名)	10:30～11:30
水曜日	: 健康口コモ体操	10:30～11:30
木曜日	: ふなばしシバ-リハビリ体操	10:30～11:30
金曜日	: リズム&ストレッチ	13:30～14:30

初めて  
当センターを  
ご利用になる方には  
健康体操からが  
おすすめです!

### //募集中//

#### 「脳トレ教室」元気にハイ!

毎月第2火曜日  
(月1回・全12回)  
13:30～14:30  
2階・趣味教養室  
定員になり次第締め切り

### ★現在受付中★

#### 令和8年度・クラブ申込み

定員に達するまで随時受付中  
初めての方は  
一度、見学されることを  
おすすめします

# 船橋市西老人福祉センター 4月予定表

日	曜	午前	時間	午後	時間
1	水	利用証の更新スタート ペン習字 A 健康ロコモ体操	10:00 10:30		
2	木	陶芸 A シルバーリハビリ体操	10:00 10:30	陶芸 A 新舞踊	13:00 13:00
3	金	折紙 カラオケ B	10:00 10:00	絵手紙 ウクレレ リズム&ストレッチ	13:00 13:00 13:30
4	土				
6	月	陶芸 B 社交ダンス 健康ヨガ	10:00 10:00 10:30	陶芸 B ペン習字 B	13:00 13:00
7	火	茶道 太極拳	10:00 10:30	書道 カラオケ A	13:00 12:30
8	水	大正琴 健康ロコモ体操	10:00 10:30	フラダンス	13:00
9	木	陶芸 A シルバーリハビリ体操	10:00 10:30	陶芸 A	13:00
10	金	ほほえみ体操	10:30	ウクレレ リズム&ストレッチ	13:00 13:30
11	土				
13	月	陶芸 B 健康ヨガ	10:00 10:30	陶芸 B 民謡	13:00 13:00
14	火	華道 パッチワーク 太極拳	10:00 10:00 10:30	C・ストレッチ パッチワーク ★脳トレ教室	13:00 13:00 13:30
15	水	ペン習字 A 健康ロコモ体操	10:00 10:30		
16	木	陶芸 A シルバーリハビリ体操	10:00 10:30	陶芸 A 新舞踊	13:00 13:00
17	金	折紙 カラオケ B	10:00 10:00	絵手紙 ウクレレ リズム&ストレッチ	13:00 13:00 13:30
18	土				
20	月	陶芸 B 社交ダンス 健康ヨガ	10:00 10:00 10:30	陶芸 B ペン習字 B	13:00 13:00
21	火	茶道 太極拳	10:00 10:30	書道 カラオケ A	13:00 12:30
22	水	大正琴 健康ロコモ体操	10:00 10:30	フラダンス	13:00
23	木	シルバーリハビリ体操	10:30		
24	金	ほほえみ体操	10:30	ウクレレ リズム&ストレッチ	13:00 13:30
25	土				
27	月	健康ヨガ	10:30	民謡	13:00
28	火	華道 パッチワーク 太極拳	10:00 10:00 10:30	C・ストレッチ パッチワーク	13:00 13:00
29	水	昭和の日			
30	木	シルバーリハビリ体操	10:30		

パン  
販売

パン  
販売

\* クラブ会員は定員になるまで随時受け付けます。  
\* 見学・入会等お気軽に 2 階受付へお問い合わせください。