



# 東老だより

船橋市東老人福祉センター

住所：船橋市薬円台5-31-1 社会福祉会館2階  
電話：466-1381  
開館時間：9:30~16:00  
休館日：日曜日・祝日・休日・年末年始

Vol.170

## 《 5月 AED講習会 》

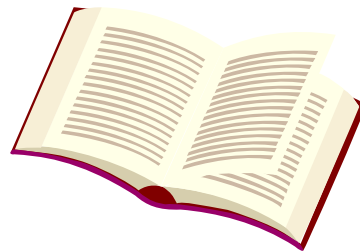
日時：令和6年5月16日（木）13:30~15:00  
場所：東老人福祉センター2階研修室 定員：先着15名  
内容：救命救急法の基礎知識・AEDの使用に関する救急法  
受付：東老人福祉センター受付にて（受付中）

## 《 5月 映画会 》

日時：令和6年5月22日（水）13:00~（今月のみ午後からです!）  
場所：東老人福祉センター2階研修室 定員：先着30名  
内容：「ブロードウェイ・メロディー」（1929年110分）  
※事前申し込みは必要ありません。会場で名簿に名前を記入してください。

## 《 5月 健康相談デー 》

心や体の健康についてお話ししませんか？どうぞご相談にお越しく下さい。  
日時：令和6年5月23日（木）10:00~12:00  
場所：東老人福祉センター2階研修室 定員：先着6名  
※健康相談室にて申込受付中（電話申込み不可）



## 《 5月 ふなばし東老朗読会 》

日時：令和6年5月23日（木）13:30~15:00  
場所：東老人福祉センター2階和室 定員：先着10名  
演目：・三浦哲朗 原作「とんかつ」・志賀直哉 原作「小僧の神様」  
・川端康成 原作「かけす」  
受付：東老人福祉センター受付にて（受付中）

### 健康相談室をご存知ですか？

看護師が血圧測定やご相談をお受けしています。場所は大広間の手前を左です。

## 《 6月 介護講座 》

「地域包括支援センターってどんなところ？」  
日時：令和6年6月5日（水）10:00~11:00  
場所：東老人福祉センター 2階研修室  
定員：先着15名  
受付：令和6年5月7日（火）より（東老受付にて）

## 《 6月 ハッピー体操 》

音楽に合わせて、楽しく体を動かしてみませんか？  
日時：令和6年6月10日（月）10:00~11:30  
場所：東老人福祉センター 2階研修室  
講師：山岸玲子氏 定員：30名  
受付：希望者が30名を超えた場合、抽選を行います。令和6年5月1日（水）から5月15日（水）までの間にお申し込みください。抽選結果は5月22日（水）に発表します。（センター内掲示）

## 《 6月 シルバーリハビリ体操 》

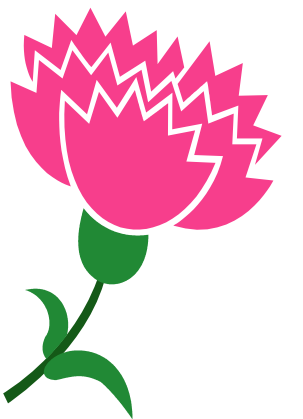
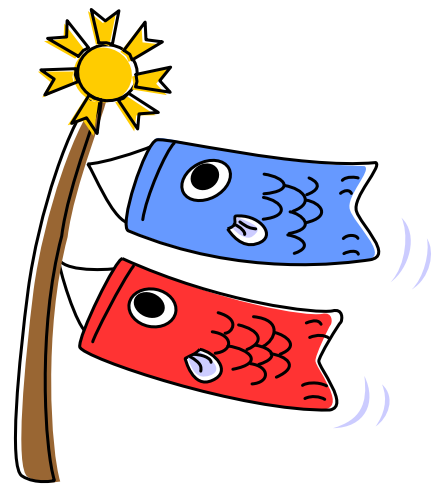
肩こり、肩痛予防、腰痛予防、転倒防止等につながる体操です。  
日時：令和6年6月13日（木）10:00~11:30  
場所：東老人福祉センター 2階研修室 定員：30名  
受付：希望者が30名を超えた場合、抽選を行います。令和6年5月13日（月）から5月24日（金）までの間にお申し込みください。抽選結果は5月29日（水）に発表します。（センター内掲示）

## 《 6月 介護保険利用相談会 》

日時：令和6年6月13日（木）13:30~15:00  
場所：東老人福祉センター 2階研修室  
講師：公益財団法人船橋市福祉サービス公社 職員  
定員：先着15名  
受付：令和6年5月15日（水）より電話または直接受付へ。

## 《 6月 健康相談デー ~お元気チェック~ 》

いつまでもいきいきと自分らしく過ごすために、あなたの元気を看護師と一緒にチェックしてみませんか？  
日時：令和6年6月19日（水）10:00~12:00  
場所：東老人福祉センター 2階研修室  
定員：先着6名  
受付：令和6年5月20日（月）より健康相談室にて（電話申込み不可）



5月	2階研修室	2階和室	3階研修室	3階集団指導室	その他	5月	2階研修室	2階和室	3階研修室	3階集団指導室	その他	
1	水	ばか面踊り			☆ハッピー体操6月申込開始日	17	金	俳句	健康体操（ゆり） 盆栽			
2	木	歌唱	舞踊	卓球		18	土		カラオケ 書道	健康ヨガ 卓球		
3	金	休館日（文化の日）				19	日	休館日				
4	土	休館日（みどりの日）				20	月	囲碁	ほほえみ体操	木彫	☆健康相談デー6月分申込開始日	
5	日	休館日（こどもの日）				21	火	囲碁大会	囲碁大会	健康体操（ばら）	手芸	料理（栄指室）
6	月	休館日（振替休日）				22	水	折紙 映画会	レクダンス	華道	☆ハッピー体操6月抽選発表	
7	火	スマホ教室		健康体操（ばら） 卓球	手芸	☆介護講座6月申込開始日	23	木	健康相談デー	朗読会	民謡	
8	水	折紙		レクダンス	華道	料理（栄指室）	24	金	詩吟	茶道	健康体操（もも） ダンス	☆シルバーリハビリ体操6月締切日
9	木	交通安全教室			民謡		25	土			いきいき健康教室 書道	健康ヨガ 卓球
10	金	詩吟	茶道	健康体操（もも） ダンス	卓球		26	日	休館日			
11	土	ペン習字					27	月	ハッピー体操 大正琴		卓球	
12	日	休館日				28	火		健康体操（うめ）		☆ちゃれんじ講座（3Q体操）6月申込開始日	
13	月	大正琴		ほほえみ体操	木彫	☆シルバーリハビリ体操6月申込開始日	29	水				☆シルバーリハビリ体操6月抽選発表日
14	火			健康体操（うめ）			30	木		舞踊		
15	水	ばか面踊り				☆ハッピー体操6月申込締切日 ☆介護保険利用相談会申込開始日	31	金	俳句		健康体操（ゆり）	盆栽
16	木	歌唱 AED講習会					6/1	土			健康ヨガ 書道	卓球

上段：午前、下段：午後

☆土曜日のお風呂・送迎バスはありません。 ☆予定は変更になることがあります。