

東老だより

No.182 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



今月の講座

- 07月 6日(月)ハッピー体操...**受付終了**
- 07月 9日(木)シルバー/ハビリ体操...**受付終了**
- 07月10日(金)ニュースポーツ(卓球バレー)...**受付終了**
- 07月11日(土)ペン習字...**受付終了**
- 07月13日(月)介護保険利用相談会...**受付中**
- 07月15日(水)健康相談デー...**受付中**
- 07月22日(水)スマホ相談会...**受付中**
- 07月23日(木)映画会...**当日受付**
- 07月24日(金)3Q体操...**受付中**
- 07月27日(月)ゲームで脳トレ...**受付中**

8月 ハッピー体操

日時: 令和8年8月3日(月) 10:00~11:30
定員: 30名(希望者が30名を超えた場合、抽選を行います。)
受付: 令和8年7月6日(月)から7月18日(土)までの間に直接受付へお申込みください。
抽選結果は7月21日(火)に研修室前掲示板へ貼り出します。
※現在ほほえみ体操クラブに入っている方はお申し込みできません。



8月 認知症サポーター養成講座~認知症について知り、地域で支え合ひましょう~

日時: 令和8年8月5日(水) 10:00~11:30
定員: 先着20名
受付: 令和8年7月1日(水) 9:30より(電話または受付にてお申込みください。)



8月 ワクワクしながら昔話を楽しむ会

~みんなで思い出を振り返りながら
楽しくお話ししましょう~

日時: 令和8年8月7日(金) 10:00~11:30
定員: 先着10名
受付: 令和8年7月7日(火)より直接受付へお申込みください。



8月 食事や栄養に関する相談会

~ひざと腰の強化! ~「何食べよう?!」
管理栄養士に気になる食事(栄養等)のことを相談してみませんか?
日時: 令和8年8月26日(水) 13:30~15:00
定員: 先着15名
受付: 令和8年7月25日(土)より直接受付へお申込みください。



8月 映画会

日時: 令和8年8月27日(木) 10:00~
定員: 先着30名
内容: 「郵便配達は二度ベルを鳴らす」(1946年公開113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。

8月 3Q体操

日時: 令和8年8月28日(金) 10:00~11:30
定員: 20名(20名を超えた場合は抽選)
受付: 令和8年7月24日(金)から8月7日(金)までの間に直接受付へお申込みください。
抽選結果は8月10日(月)に研修室前掲示板へ貼り出します。

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。



7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	7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	ほか面踊り		カラオケ		☆8月認知サポート 養成講座 受付開始	17	金	俳句		健康体操(ゆい) 卓球	盆栽	
2	木	歌唱		舞踊		☆7月30体操 受付締切	18	土			書道	卓球	☆8月ハッピー体操 受付締切
3	金	レクボラ講座 俳句		健康体操(ゆい) 卓球	盆栽		19	日	休館日				
4	土			健康ヨガ 書道	卓球	☆7月スマホ相談会 受付締切 ☆7月30体操 抽選結果発表	20	月	休館日(海の日)				
5	日	休館日					21	火			健康体操(ぼら)	手芸	☆8月ハッピー体操 抽選結果発表
6	月	ハッピー体操	講師控室	ほほえみ体操	木彫	料理(栄指室) ☆8月ハッピー体操 受付開始	22	水	折紙 スマホ相談会			華道	
7	火			健康体操(ぼら)	手芸	☆8月ワクワクしなが ら昔話を楽しむ会 受付開始	23	木	映画会				
8	水	折紙	敬老会調整会議	レクダンス	華道	☆7月スマホ相談会 抽選結果発表	24	金	30体操 詩吟	講師控室 茶道	健康体操(もも)	ダンス	料理(栄指室) ☆8月30体操 受付開始
9	木	シルバーリハビリ体操 文化祭企画委員会	講師控室	卓球	民謡		25	土			健康ヨガ カラオケ	卓球	☆8月食事や栄養に 関する相談会 受付開始
10	金	詩吟	茶道	健康体操(もも) ダンス	ニュースポーツ		26	日	休館日				
11	土	ペン習字					27	月	ゲームで脳トレ 大正琴		ほほえみ体操		
12	日	休館日					28	火			健康体操(うめ)	卓球	
13	月	介護保険利用相談会 大正琴			木彫		29	水					
14	火			健康体操(うめ)			30	木	舞踊				
15	水	健康相談デー ほか面おどい					31	金		事業打合わせ			
16	木	歌唱					8/ 1	土					

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。