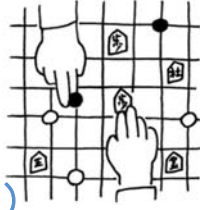


# 南老人福祉センター 11月行事予定

## ★囲碁・将棋フリー

毎週月・水・木・土曜日

※部屋は曜日により変わります



## ★健康気功体操（火曜日）

11/2・9・16 10時30分～11時30分

3階 研修室 講師：松永昭子氏

定員：19名（当日先着順受付）

## ★健康体操（火曜日）

11/2・9・16・30

13時30分～14時30分 3階研修室

講師：高橋満里子氏

定員：19名（当日先着順受付）

持物：バスタオル・フェイスタオル

## ★スマイルアップヨガ後期コース

11月4日（木）・18日（木）

10時30分～11時30分 3階 研修室

講師：柳田裕子氏・金澤由香氏

持物：バスタオル・フェイスタオル

※申込受付は終了しております

## ★健康体操（木曜日）

11/4・11・18・25

13時30分～14時30分 3階 集会室

講師：尾崎由紀子氏

定員：25名（当日先着順受付）

持物：バスタオル・フェイスタオル



## ★初めてのスマホ講座

11月5日（金） 10時～13時

3階 集会室

講師：桐谷氏・田中氏 ほか

※申込受付は終了しております



## ★暗唱のすすめ

11月5日（金） 10時30分～11時30分

3階 研修室

講師：坂田兌子氏

定員：19名（当日先着順受付）



## ★公式ワナゲ

毎週土曜日（11/6・13・20・27）

9時30分～15時30分

1階 付設作業所



## ★卓球フリー

11/12・13・26・27

9時30分～ 3階 研修室



## ★在支出張相談

11月15日（月） 10時～12時

## ★大人のリトミック♪

11月17日（水） 10時30分～11時30分

3階 集会室 講師：戸辺典子氏

定員：20名 ※1階にて受付中

## ★やさしい動きでイイ感じ

11月19日（金） 10時30分～11時30分

3階 集会室 講師：坂田兌子氏

定員：25名（当日先着順受付）

## ★船橋警察署移動交番

11月20日（土） 10時00分～



## ★ステイホームを愉しむ

### ホットな料理（料理講座）

11月26日（金） 10時～13時

3階 実習室 講師：崎山光江氏

※詳細は館内掲示でご確認ください

## ★クリスマス飾り作り

11月29日（月） 10時00分～11時00分

3階 集会室 講師：藤生結香氏

※詳細は館内掲示でご確認ください

