



# 南老人福祉センター4月行事予定

## ★暗唱のすすめ

4月1日(金) 10時30分～11時30分  
2階 会議室

講師：坂田兌子氏  
(当日先着順受付)



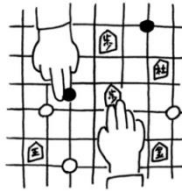
## ★公式ワナゲ

毎週土曜日 (4/2・9・16・23・30)  
9時30分～15時30分  
1階 付設作業所



## ★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



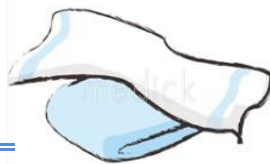
## ★健康気功体操 (火曜日)

4/5・12・19・26  
10時30分～11時30分 3階 研修室  
講師：松永昭子氏 (当日先着順受付)

## ★健康体操 (火曜日)

4/5・12・19・26  
13時30分～14時30分 3階 研修室  
講師：高橋満里子氏

持物：バスタオル・フェイスタオル  
(当日先着順受付)



## ★健康体操 (木曜日)

4/7・14・21・28  
13時30分～14時30分 3階 集会室  
講師：尾崎由紀子氏

持物：バスタオル・フェイスタオル  
(当日先着順受付)

## ★卓球フリー

4/8(金)・9(土)・22(金) 23(土)  
9時30分～ 3階 研修室

## ★大人のリトミック♪

4月13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

## ★消費生活センターミニミニ講話

4月14日(木) 12時00分～  
2階 大広間など  
※消費生活に役立つ知識や情報満載です

## ★スマイルアップヨガ前期コース

4月15日(金)・22日(金)  
10時30分～11時30分 3階 集会室  
講師：・金澤由香氏・柳田裕子氏  
持物：バスタオル・フェイスタオル  
(事前申込)

## ★やさしい動きでイイ感じ

4月15日(金) 10時30分～11時30分  
3階 集会室 講師：坂田兌子氏  
(当日先着順受付)

## ★湊町在宅介護支援センター

### 出張相談

4月20日(水) 10時00分～  
※お気軽にご相談ください

## ★船橋警察署移動交番

4月23日(土) 10時00分～



## ★シルバーリハビリ体操

4月27日(水) 10時30分～11時30分  
3階 集会室  
講師：シルバーリハビリ体操指導士  
(当日先着順受付)