



南老人福祉センター7月行事予定

★暗唱のすすめ

7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 (7/2・9・16・23・30)

9時30分～15時30分

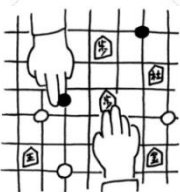
2階 会議室



★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)

7/5・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)

7/5・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)



★大人のリトミック♪

7月6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名程度 ※1階にて受付中

★健康体操 (木曜日)

7/7・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)

★スマイルアップヨガ前期コース

7月8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

※申込は終了しています

★卓球フリー

7/8(金)・9(土)

22(金)・23(土)

9時30分～ 3階 研修室



★消費生活センターミニミニ講話

7月11日(月) 12時50分～

2階 大広間・ラウンジ

★初めてのスマホ 夏

7月11日(月) 13時00分～15時30分

3階 集会室

★暑中見舞いを送ろう

7月13日(水) 10時00分～

2階 パソコンルーム

★やさしい動きでイイ感じ

7月15日(金) 10時30分～11時30分

3階 集会室 講師：坂田兌子氏

★船橋警察署移動交番

7月23日(土) 10時00分～



★シルバーリハビリ体操

7月27日(水) 10時30分～11時30分

3階 集会室 (当日先着順受付)

講師：シルバーリハビリ体操指導士

★軽スポーツにチャレンジ

7月29日(金) 10時00分～12時00分

3階 研修室・集会室

★アンドロイドスマホ講座 7月

7月29日(金) 13時00分～

3階 集会室

★湊町在宅介護支援センター出張相談

※日程が決まり次第館内掲示いたします