



東老だより

船橋市東老人福祉センター

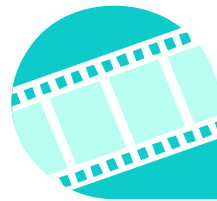
住 所：船橋市薬円台5-31-1 社会福祉会館2階
電 話：466-1381
開館時間：9:30～16:00
休 館 日：日曜日・祝日・休日・年末年始

Vol.140

《 9月 映画会 》

日 時 令和4年9月22日（木）10:00～
場 所 東老人福祉センター 2階研修室
定 員 先着30名
内 容 「ゆずり葉の頃」（2015年公開、102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。



《 9月 ふなばし東老朗読会 》

朗読サークル「はなみずき」による9月の朗読会を行います。

日 時 令和4年9月22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 宮部みゆき原作「小袖の手」
正岡子規原作 「病牀六尺」
久米正雄原作 「虎」

受 付 東老人福祉センター受付にて（受付中）

《 9月 健康講演会 》

日 時 令和4年9月28日（水）13:30～15:00
内 容 「腰とひざの痛み」
～あきらめていませんか？痛みの改善～

場 所 東老人福祉センター 2階研修室
講 師 医療法人社団NICO 習志野台整形外科内科
宮川一郎先生

定 員 先着20名

受 付 健康相談室にて（受付中）



《 10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4年10月11日（火）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 20名

受 付 希望者が20名を超えた場合、抽選を行います。

令和4年9月5日（月）から9月17日（土）までの間にお申し込みください。

抽選結果は9月22日（木）に発表します。（センター内掲示）

※現在ほほえみ体操クラブ、健康体操「うめ」コースに入っている方は
お申し込みできません。

《 11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4年11月9日（水）10:00～11:30

場 所 東老人福祉センター 2階研修室

定 員 15名

受 付 希望者が15名を超えた場合、抽選を行います。

令和4年10月3日（月）から10月15日（土）までの間にお申し込み
ください。

抽選結果は10月21日（金）に発表します。（センター内掲示）



お願い

6月20日（月）より、東老人福祉センターの受付場所が変更になっています。
ご来館の際は、必ず事務室受付に利用証をご提示ください。

3階の健康体操、クラブ等に行かれる方は、「2階受付済チケット」をお受け取り
になり、3階に行ってください。

なお、退館される際は、受付にお寄りいただく必要はありません。

皆様のご理解、ご協力をお願いいたします。

9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	9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	木	歌唱			舞踊		17	土			健康体操（らん） 書道	卓球	☆ハッピー体操10月 申込締切日
2	金	俳句		健康体操（ゆり） ダンス	盆栽		18	日	休館日				
3	土			いきいき健康教室 書道	健康体操（らん） 卓球		19	月	休館日（敬老の日）				
4	日	休館日					20	火	しゃべり場		健康体操（ばら） 卓球	手芸	料理
5	月	折紙		卓球 ほほえみ体操	木彫	☆ハッピー体操10月 申込開始日	21	水	ばか面踊り				
6	火	しゃべり場		健康体操（ばら）		料理	22	木	映画会	講師控室 朗読会		民謡	☆ハッピー体操10月 抽選結果発表
7	水	ばか面踊り					23	金	休館日（秋分の日）				
8	木						24	土			いきいき健康教室 カラオケ	健康体操（びわ） 卓球	
9	金	詩吟	茶道	健康体操（もも）			25	日	休館日				
10	土	ペン習字					26	月	折紙 大正琴		ほほえみ体操		
11	日	休館日					27	火	しゃべり場		健康体操（うめ）		
12	月	ハッピー体操 大正琴	講師控室	文化祭実行委員会	木彫		28	水	企画会議 健康講演会	講師控室	フォークダンス	華道	
13	火	しゃべり場		健康体操（うめ） カラオケ	手芸		29	木				卓球	
14	水	シルリハ体操	講師控室	フォークダンス	華道		30	金	詩吟	茶道	健康体操（もも） ダンス		
15	木	歌唱		舞踊	民謡		10 /1	土			健康体操（らん） 書道		
16	金	俳句		健康体操（ゆり）	盆栽		2	日	休館日				

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。