



東老だより

No. 184

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

- 9月 2日(水)落語講座...受付終了
- 9月 12日(土)ペン習字...受付終了
- 9月 14日(月)ハッピー体操...受付終了
- 9月 16日(水)映画会...当日受付
- 9月 18日(金)ちょっと聞いてみたい認知症のこと...受付中(先着15名)
- 9月 25日(金)3Q体操...9月11日(金)まで受付中

10月 ハッピー体操

日時: **令和8年10月5日(月) 13:00~14:30**

場所: **母子父子福祉センター2階研修室**

定員: 30名(希望者が30名を超えた場合は抽選を行います。)

受付: 令和8年9月1日(火)から9月15日(火)までの間に

直接受付へお申込みください。

抽選結果は9月17日(木)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。



10月 介護講座～あなたの骨は大丈夫!?～

日時: 令和8年10月9日(金) 10:00~11:00

講師: 明治牛乳三山宅配センター

定員: 20名(希望者が20名を超えた場合は抽選を行います。)

受付: 令和8年9月7日(月)から9月19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9月25日(金)に研修室前掲示板へ貼り出します。



10月 シルバーリハビリ体操

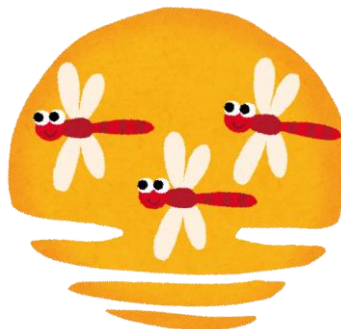
日時: 令和8年10月16日(金) 10:00~11:30

定員: 30名(希望者が30名を超えた場合は抽選を行います。)

受付: 令和8年9月16日(水)から9月30日(水)までの間に

直接受付へお申込みください。

抽選結果は10月2日(金)に研修室前掲示板へ貼り出します。



10月 簡単手作り講座「レジンでキーホルダーを作ってみよう!」

日時: 令和8年10月26日(月) 10:00~12:00

定員: 10名(希望者が10名を超えた場合は抽選を行います。)

受付: 令和8年9月24日(木)から10月8日(木)までの間に

直接受付へお申込みください。

抽選結果は10月13日(火)に研修室前掲示板へ貼り出します。

参加費: 300円(材料費)※当日お支払いとなります。



10月 ニュースポーツ(卓球バレー)

日時: 令和8年10月27日(火) 13:30~15:00

場所: **社会福祉会館 3階 集団指導室**

定員: 30名(希望者が30名を超えた場合は抽選を行います。)

受付: 令和8年9月28日(月)から10月10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10月15日(木)に研修室前掲示板へ貼り出します。

10月 映画会

日時: **令和8年10月28日(水) 13:00~**

定員: 先着30名(※当日会場にて直接名簿に名前をご記入ください。)

内容: 「スーフオペラ」(2010年公開119分)

10月 健康講演会「尿トラブルで困っていませんか?～尿もれ・頻尿・尿の出にくさ～」

日時: 令和8年10月29日(木) 13:30~15:00

講師: 医療法人社団清心会 薬円台泌尿器科腎クリニック 院長荒木俊行先生

定員: 先着30名

受付: 令和8年9月29日(火)より健康相談室にて(電話申込み不可)

10月 3Q体操

日時: 令和8年10月30日(金) 10:00~11:30

定員: 20名(希望者が20名を超えた場合は抽選を行います。)

受付: 令和8年9月25日(金)から10月9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10月13日(火)に研修室前掲示板へ貼り出します。



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	火			健康体操(ばら) ほほえみ体操		料理(栄指室) ☆10月ハッピー体操 受付開始	17	木	歌唱 舞踊				☆10月ハッピー体操 抽選結果発表
2	水	落語講座 ばか面踊り	講師控室		卓球		18	金	ちょっと聞いてみたい 認知症のこと 俳句		健康体操(ゆい)	盆栽	
3	木	歌唱 文化祭企画委員会		舞踊	民謡		19	土			書道	卓球	☆10月介護講座 受付締切
4	金	俳句		健康体操(ゆい)	盆栽		20	日	休 館 日				
5	土						21	月	休 館 日(敬老の日)				
6	日	休 館 日					22	火	休 館 日(国民の休日)				
7	月	クラブ連協				☆10月介護講座 受付開始	23	水	休 館 日(秋分の日)				
8	火			健康体操(うめ) レクダンス	手芸		24	木			民謡	華道	☆10月簡単手作り 講座受付開始
9	水	折紙			華道		25	金	3Q体操 詩吟	茶道	健康体操(もも)	ダンス	☆10月介護講座 抽選結果発表 ☆10月3Q体操 受付開始
10	木	所長会議			卓球		26	土			健康ヨガ カラオケ	卓球	
11	金	詩吟	茶道	健康体操(もも) ダンス		☆9月3Q体操 受付締切	27	日	休 館 日				
12	土	ペン習字		健康ヨガ カラオケ	卓球 書道		28	月	大正琴		レクダンス	木彫	☆10月ニュースポーツ 受付開始
13	日	休 館 日					29	火			健康体操(うめ)	卓球 手芸	☆10月健康講演会 受付開始
14	月	ハッピー体操 大正琴	講師控室	ほほえみ体操	木彫	料理(栄指室) ☆9月3Q体操 抽選結果発表	30	水	折紙				☆10月シリリハ体操 受付締切
15	火			健康体操(ばら)		☆10月ハッピー体操 受付締切	10 /1	木	歌唱 民謡				
16	水	映画会 ばか面踊り				☆10月シリリハ体操 受付開始	2	金	文化祭企画委員会 俳句		健康体操(ゆい) 文化祭実行委員会	盆栽	☆10月シリリハ体操 抽選結果発表

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。