

令和6年5月

白岡市
老人福祉センター たより



運営会社：株式会社 明日葉

住所：〒349-0213

白岡市高岩2177-1

電話番号：0480-92-1205



お風呂のご案内

10:00～15:00

(脱衣所利用)

日曜日はお風呂はお休みです。



カラオケのご案内

午前の部 **11:00～12:00**

最終受付時間 **11:30**

午後の部 **13:30～15:30**

最終受付時間 **14:45**

採点ゲームの日

(表彰などはありません)

5/9(木) 13:30～15:30

※いつものカラオケで点数が出ます。

カラオケ発表会

(表彰などはありません)

5/23(木) 13:30～15:30

1人1曲のご披露となります。

5/19(日)までの受付

順番は受付時にクジ引きします。

健康相談日

5/9(木) 5/23(木)

12:00～15:45

日	曜日	お風呂	講座等	カラオケ	クラブ活動		
			大広間	大広間	和室(午前)	軽運動室(午前)	軽運動室(午後)
1	水	お風呂		午前・午後		カラオケ/彩華クラブ	
2	木	お風呂		午前・午後	囲碁/悠友会		
3	金		憲法記念日		休館日		
4	土		みどりの日		休館日		
5	日		こどもの日		休館日		
6	月				休館日		
7	火	お風呂		午前・午後			オカリナ/アマーレ
8	水	お風呂		午前・午後		社交ダンス/一葉会	日本舞踊/若寿美会
9	木	お風呂		午前・午後	囲碁/悠友会	健康体操/悠友会	健康体操/白岡SV
10	金	お風呂		午前・午後		民謡/金曜会	健だま体操/やまぼうし体操クラブ
11	土	お風呂		午前・午後		太極拳/碧葉の会	筋トレ/ひより会
12	日	お風呂 休み		午前・午後		フラダンス/フラ・ティアレ	吹き矢/福矢の会
13	月				休館日		
14	火	お風呂		午前・午後		ヨガ/ポピーサークル	輪投げ/高岩平成会
15	水	お風呂		午前・午後		カラオケ/彩華クラブ	太極剣/彩雲
16	木	お風呂		午前・午後	囲碁/悠友会	太極拳/桜	椅子ヨガ/白岡SV
17	金	お風呂		午前・午後			健だま体操/やまぼうし体操クラブ
18	土	お風呂		午前・午後		太極拳/碧葉の会	筋トレ/ひより会
19	日	お風呂 休み		午前・午後		体操/さくらの会	リズム体操/まりも会
20	月				休館日		
21	火	お風呂		午前・午後			オカリナ/アマーレ
22	水	お風呂		午前・午後		社交ダンス/一葉会	日本舞踊/若寿美会
23	木	お風呂		午前・午後	囲碁/悠友会	健康体操/悠友会	骨盤エクササイズ/白岡SV
24	金	お風呂		午前・午後		民謡/金曜会	
25	土	お風呂		午前・午後			カラオケ/高岩平成会
26	日	お風呂 休み		午前・午後		フラダンス/フラ・ティアレ	リズム体操/まりも会
27	月				休館日		
28	火	お風呂	午前 極拳	午後のみ		ヨガ/ポピーサークル	オカリナ/アマーレ
29	水	お風呂		午前・午後			太極剣/彩雲
30	木	お風呂		午前・午後	囲碁/悠友会		ゆったりヨガ/白岡SV
31	金	お風呂		午前・午後			

(教室) はじめませんか ゆるり太極拳
ゆっくりした動きで楽しく健康

5/28(火) 10:30～11:30 大広間

定員 30人(60歳以上の方)・参加費無料

電話・窓口で受付中 (チラシあります)

協力 白岡市武術太極拳連盟

