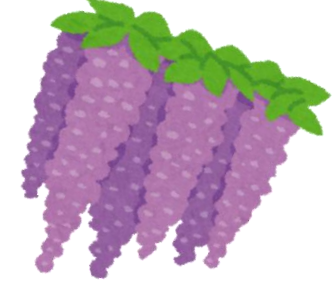


令和7年4月 

白岡市 

老人福祉センターだより

運営会社：株式会社 明日葉

住所：〒349-0213

白岡市高岩2177-1

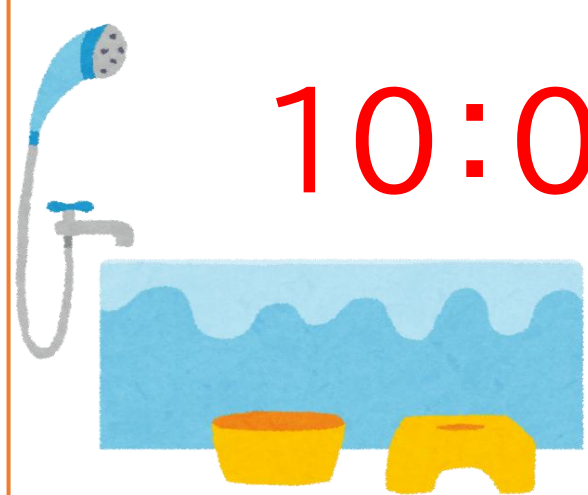
電話番号

0480-92-1205

お風呂のご案内

10:00~15:00

(脱衣所利用時間)



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

健康相談日

4/10(木) 4/24(木)
12:00~15:45

成年後見制度個別相談

4/8(火) 4/22(火)
10:00~11:30

白岡市成年後見サポートセンター

DAM カラオケゲーム

歌いきりまショー

4/9(水) 13:30~15:30

予約なしでどなたでも参加できます。

オンライン コンサート

山本リンダ&大江裕

4/8(火) 14:00~15:00

大広間 どなたでも参加できます。

日	曜日	お風呂	講座等	加わ	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	火	お風呂		午前・午後			ヨガ/新白岡ヨーガの会	オカリナ/アマーレ
2	水	お風呂		午前・午後			カラオケ/彩果クラブ	太極剣/彩雲
3	木	お風呂	午前 健康教室	午後のみ	囲碁/悠友会			健康体操/白岡SV
4	金	お風呂		午前・午後				健だま体操/やまぼうし体操クラブ
5	土	お風呂		午前・午後				筋トレ/ひより会
6	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
7	月		休館日					
8	火	お風呂	午後 イベント	午前のみ			ヨガ/ポピーサークル	輪投げ/高岩平成会
9	水	お風呂		午前・午後			社交ダンス/一葉会	日本舞踊/若寿美会
10	木	お風呂	午前 健康教室	午後のみ	囲碁/悠友会	健康体操/悠友会		椅子ヨガ/白岡SV
11	金	お風呂		午前・午後			民謡/金曜会	あゆみ/太極拳
12	土	お風呂		午前・午後			太極拳/碧葉の会	
13	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
14	月		休館日					
15	火	お風呂		午前・午後			ヨガ/新白岡ヨーガの会	オカリナ/アマーレ
16	水	お風呂		午前・午後			カラオケ/彩果クラブ	太極剣/彩雲
17	木	お風呂	午前 健康教室	午後のみ	囲碁/悠友会	太極拳/桜		骨盤エクササイズ/白岡SV
18	金	お風呂		午前・午後				健だま体操/やまぼうし体操クラブ
19	土	お風呂		午前・午後				筋トレ/ひより会
20	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
21	月		休館日					
22	火	お風呂	午前 太極拳	午後のみ			ヨガ/ポピーサークル	
23	水	お風呂		午前・午後			社交ダンス/一葉会	日本舞踊/若寿美会
24	木	お風呂	午前 健康教室	午後のみ	囲碁/悠友会	健康体操/悠友会		ゆったりヨガ/白岡SV
25	金	お風呂		午前・午後			民謡/金曜会	あゆみ/太極拳
26	土	お風呂		午前・午後			太極拳/碧葉の会	カラオケ/高岩平成会
27	日	お風呂休み		午前・午後			フラダンス/フラ・ティアレ	
28	月		休館日					
29	火		昭和の日		休館日			
30	水	お風呂		午前・午後				

健康教室 『アタマと身体の60分』

動画を見ながら職員と一緒に脳と身体をリフレッシュしましょう！！

日時 4/3・10・17・24(木曜日)

11:00~12:00

ストレッチ・初級講座・リハビリ・脳トレ など (チラシあります)

カラオケ発表会

(表彰などはありません)

4/24(木) 13:30~15:30

1人1曲のご披露となります。

4/22(火)までの受付

順番は受付時にクジ引きします。