

令和7年8月



白岡市



老人福祉センター
だより

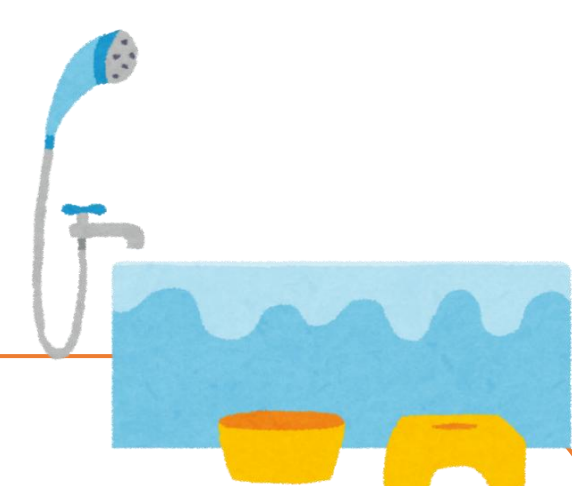
運営会社：株式会社 明日葉

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

8/14(木) 8/28(木)

12:00～15:45

成年後見制度個別相談

8/7(木)

13:30～15:30

白岡市成年後見サポートセンター

オンライン ツアー

青森 ねぶた祭

8/7(木) 14:00～15:00

大広間 どなたでも参加できます。



©DESIGNALIKIE

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	金	🛀		午前・午後		ヨガ/ラベンダークラブ	
2	土	🛀		午前・午後		太極拳/碧葉の会	
3	日	お風呂休み		午前・午後			リズム体操/まりも会
4	月		休 館 日				
5	火	🛀	午前 健康教室	午後のみ		ヨガ/新白岡ヨーガの会	オカリナ/アマーレ
6	水	🛀		午前・午後		カラオケ/彩果クラブ	太極剣/彩雲
7	木	🛀	午前 健康教室 午後 イベント	無し	囲碁/悠友会	太極拳/桜	健康体操/白岡SV
8	金	🛀		午前・午後			あゆみ/太極拳
9	土	🛀		午前・午後		太極拳/碧葉の会	
10	日	お風呂休み		午前・午後			吹き矢/福矢の会
11	月		休 館 日				
12	火	🛀	午前 健康教室	午後のみ			輪投げ/高岩平成会
13	水	🛀		午前・午後		社交ダンス/一葉会	日本舞踊/若寿美会
14	木	🛀	午前 健康教室	午後のみ	囲碁/悠友会		
15	金	🛀		午前・午後			
16	土	🛀		午前・午後			
17	日	お風呂休み		午前・午後			リズム体操/まりも会
18	月		休 館 日				
19	火	🛀	午前 健康教室	午後のみ		ヨガ/新白岡ヨーガの会	オカリナ/アマーレ
20	水	🛀		午前・午後		カラオケ/彩果クラブ	太極剣/彩雲
21	木	🛀	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
22	金	🛀		午前・午後			あゆみ/太極拳
23	土	🛀		午前・午後			高岩平成会/カラオケ
24	日	お風呂休み		午前・午後		フラダンス/フラ・ティアレ	
25	月		休 館 日				
26	火	🛀	午前 太極拳	午後のみ			オカリナ/アマーレ
27	水	🛀		午前・午後		社交ダンス/一葉会	日本舞踊/若寿美会
28	木	🛀	午前 健康教室	午後のみ	囲碁/悠友会		ゆるヨガ/白岡SV
29	金	🛀		午前・午後		ヨガ/ラベンダークラブ	
30	土	🛀		午前・午後			
31	日	お風呂休み		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 8/7・14・21・28 (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

健康教室 『音楽に合わせてリズム体操30分』

動画を見ながら職員と一緒に踊りながら運動しましょう！

日時 8/5・12・19 (火曜日)

11:00～11:30

ラジオ体操・リズム体操 など

9月17日(水)

納涼大会開催予定