

令和7年9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

9/11(木) 9/25(木)
12:00～15:45

白岡市成年後見無料相談会

9/12(金)10:00～11:45(2組)

担当:社会保険労務士 予約制

白岡市社会福祉協議会 ☎92-1746

オンライン ツアー

長崎県 平戸

9/3(水)

14:00～15:00

大広間 どなたでも参加できます。

カラオケ採点

ゲームの日

9月～ 毎週土曜日

午前・午後



歌いきりまショー

ゲームの日

最後まで歌いきれば成功！

9/4(木)

13:30～15:30

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	月		休 館 日				
2	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
3	水	🛀	午後オンラインツアー	午前のみ		カラオケ/彩果クラブ	太極拳/彩雲
4	木	🛀	午前 健康教室	午後のみ	囲碁/悠友会		健康体操/白岡SV
5	金	🛀		午前・午後		ヨガ/ラベンダークラブ	健だま体操/やまぼうし体操クラブ
6	土	🛀		午前・午後		太極拳/碧葉の会	筋トレ/ひより会
7	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
8	月		休 館 日				
9	火	🛀	午前 健康教室	午後のみ		ヨガ/ポピーサークル	輪投げ/高岩平成会
10	水	🛀		午前・午後		社交ダンス/一葉会	日本舞踊/若寿美会
11	木	🛀	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
12	金	🛀		午前・午後		健康体操/ホワイトサークル	太極拳/あゆみ
13	土	🛀		午前・午後		太極拳/碧葉の会	筋トレ/ひより会
14	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
15	月	🛀		午前・午後			
16	火		休 館 日 (振 替 休 館)				
17	水	🛀	納 涼 大 会				
18	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
19	金	🛀		午前・午後		ヨガ/ラベンダークラブ	健だま体操/やまぼうし体操クラブ
20	土	🛀		午前・午後			筋トレ/ひより会
21	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
22	月		休 館 日				
23	火		秋分の日		休 館 日		
24	水	🛀		午前・午後		社交ダンス/一葉会	日本舞踊/若寿美会
25	木	🛀	午前 健康教室	午後のみ	囲碁/悠友会	健康体操/悠友会	ゆるヨガ/白岡SV
26	金	🛀		午前・午後		健康体操/ホワイトサークル	太極拳/あゆみ
27	土	🛀		午前・午後			カラオケ/高岩平成会
28	日	お風呂休み		午前・午後		フラダンス/フラ・ティアレ	
29	月		休 館 日				
30	火	🛀	午前 太極拳	午後のみ		カラオケ/彩果クラブ	
			9/15(月) 敬老の日 開館します！ 9/16(火) 振替休館です。				

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 9/4 ・ 11 ・ 18 ・ 25 (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 9/2 ・ 9 (火曜日)

11:00～11:30

ラジオ体操・リズム体操 など

令和7年度 納涼大会

日時
場所
入場無料

9/17(水) 10:30～13:30

大広間

(センター内でチラシをお配りしています)

