

令和8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

休館日：月曜日・祝日・年末年始

お風呂のご案内

10:00~15:00

15:00から清掃が入りますので利用時間は必ずお守りください。
日曜日はお風呂はお休み

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

8/13(木) 8/27(木)

12:00~15:45

カラオケ採点ゲームの日

8/8(土)

13:30~15:30

カラオケ ランキングバトル
ゲームの日

8/22(土)13:30~15:30

全国順位と採点が出ます。



夏

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	土	お風呂		午前・午後		ピラティス/ピラテン	
2	日	お風呂 休み		午前・午後			
3	月		休館日				
4	火	お風呂	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
5	水	お風呂		午前・午後		カラオケ/彩果クラブ	太極拳/彩雲
6	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
7	金	お風呂		午前・午後		リズム体操/うぱんがークラブ	
8	土	お風呂		午前・午後		太極拳/碧葉の会	音楽/アミーコ
9	日	お風呂 休み		午前・午後			吹き矢/福矢の会
10	月		休館日				
11	火		山の日 休館日				
12	水	お風呂		午前・午後		社交ダンス/一葉会	日本舞踊/若寿美会
13	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
14	金	お風呂	午前 太極拳 ゆったり体操	午後のみ		健康体操/ホワイトサークル	太極拳/たんぽぽ
15	土	お風呂		午前・午後		ピラティス/ピラテン	
16	日	お風呂 休み		午前・午後			
17	月		休館日				
18	火	お風呂	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
19	水	お風呂	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
20	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
21	金	お風呂		午前・午後		リズム体操/うぱんがークラブ	
22	土	お風呂		午前・午後		太極拳/碧葉の会	
23	日	お風呂 休み		午前・午後			
24	月	お風呂	休館日				
25	火	お風呂	午前 健康教室	午後のみ		ヨガ/ポピーサークル	太極拳/ちとせ
26	水	お風呂		午前・午後		社交ダンス/一葉会	日本舞踊/若寿美会
27	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	ゆるヨガ/白岡SV
28	金	お風呂		午前・午後		健康体操/ホワイトサークル	太極拳/たんぽぽ
29	土	お風呂		午前・午後			
30	日	お風呂 休み		午前・午後			
31	月		休館日				

健康教室 『音楽に合わせてリズム体操30分』	『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!!	
8/4・18・25(火)	8/6・13・20・27(木)
11:00~11:30	11:00~12:00

オンラインツアー
8/19(水)14:00~15:00
遠藤記念館/新潟 昭和歌謡の巨匠作曲家

太極拳 ゆったり体操
8/14(金)10:30~11:30
無料 参加自由