



# 月刊12月催事案内

中央老人福祉センター発



10月1日(金)から段階的に再開しております。なお、感染拡大防止のため、利用できることを制限させていただいております。ご利用者の皆様におかれましては、ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

## 【センターからのお知らせ】

体操が12月1日(水)より**一部制**になり、定員20名の抽選式に変更になります。

集会室カラオケが午前もできるようになります

午前(抽選開始10:30~) 15名  
午後(抽選開始13:00~) 20名

体脂肪測定を、12月1日(水)~11日(土)まで健康相談室で行っております。

(①BMI②体脂肪率③体内年齢)

年末年始の**休館日は、12/29(水)~1/3(月)**までです。

## 【今月の予定】

12月1日(水)  
午前中 ミニミニ講座  
(消費生活センター)

12月4日・18日(土)  
10:00~11:30 卓球フリー

12月10日(金)・14日(火)  
13:00~14:30 当日先着24名  
「16ビートを楽しむ教室」

12月11日(土)  
10:00~11:30 撞球フリー

12月22日(水)  
午前中 移動交番  
(船橋警察署)



## 令和3年12月健康体操予定表

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			太極	—	休	—
⑤	6	7	8	9	10	11
休館	ヨガ	若葉	太極	—	紅葉	いきいき体操
⑫	13	14	15	16	17	18
休館	ヨガ	若葉	太極	—	紅葉	いきいき体操
⑲	20	21	22	23	24	25
休館	ヨガ	若葉	太極	—	休	—
⑳	27	28	29	30	31	
休館	ヨガ	若葉	休館	休館	休館	

1部制 抽選式 定員20名(除く木曜日・いきいき体操)

抽選場所: 機能回復訓練室

抽選申し込み締切り9:55 抽選開始10:00 体操10:05から約1時間

※筆記用具・バスタオル・汗拭きタオル・水分補給飲料をご持参下さい。

問合せ先

船橋市中央老人福祉センター

〒273-0866 船橋市夏見台1-11-3

電話: 047-438-1105 FAX: 047-438-1104