1月 船越だより

清水船越老人福祉センター
指定管理者：特定非営利活動法人
ワーカーズコープ
〒424-0866
静岡市清水区船越２丁目９－２６
☎　054－352－5505
fax　054－352－5507
http://www.roukyou.gr.jp/ss/funakoshi/

さあ、新年から始めませんか!!

しぞ～かでん伝体操

ゆっくり無理なく体を鍛えて
健康で楽しい生活を送りましょう！

週2回程度が効果的ですよ
まずは見学に来てくださいね

水曜日	金曜日
10:00～11:00	9:30～10:30
14:00～15:00	10:45～11:45

第4回船越寺子屋

1月22日（水）13:30～
大広間にて

船越名物寺子屋第4弾です
今回も唱歌合唱・脳トレなど
盛り沢山のプログラムで皆さんを
お待ちしております
お友達も誘ってご参加下さい

お申込みは
1月18日（土）まで

音楽健康体操教室

大好評!!　第3回1月25日(土)
10:30～12:00

テーマ　腹式呼吸で
声帯をきたえよう

カラオケを使って
楽しく体を動かそう!!

船越名画座

1月11日(土)　10:00～
「引っ越し大名 ！」
引きこもり侍が挑む
城ごと引っ越しプロジェクト!!

出演　星野 源
高橋 一生
高畑 充希
他

ラジオ体操やってます

毎朝１０：００から

誰でも知ってるラジオ体操
みんなと一緒なら
もっと楽しく続けられます

スカイウェルで

健康作りをしよう!!

※肩こり･腰痛の緩和
是非お試しください

電位治療器イメージ

健康生活相談

1月7日(火)10:00～11:00
多目的室2にて
※体重　体脂肪　体内年齢も
測定します

新年あけましておめでとうございます
令和2年も皆様にとって明るい年になりますよう
お祈り申し上げます　新年は4日より開館致します
本年もよろしくおねがいいたします　　職員一同

令和2年　1月　船越老人福祉センター利用計画書(午前/午後)

※健康相談日は1/7(火)です

日	曜日		機能訓練室	和室	多目的室-1	多目的室-2	大広間-①	大広間-②
1	水		休館日					
2	木							
3	金							
4	土	午前	粋な会　/				九輪会	個人卓球
		午後						
5	日		休館日					
6	月		休館日					
7	火	午前	遊友会　/	健康生活相談	書道教室	書道教室	あやこ舞	スタジオ411
		午後	つくし会		カガミーナ	琴姫会	25の会	心拳楽会
8	水	午前	卓球C　/　ソイビーンズ		橘剣吟会	やませみ将棋	でん伝体操	
		午後	KIアルス	あやめ会	編～ご	館長会議		
9	木	午前	卓球会4		SECフレンズ	船越交通安全会	トランポウォーク	
		午後	愛好会　/		M＆M	船越シニアクラブ	シニアヨガ・メンズヨガ	
10	金	午前	卓翔	愛舞美舎	シャープ		でん伝体操	
		午後	はまゆう　/	船越桜	山ゆりの会	清水ブリッジ	個人社交ダンス	
11	土	午前	がんばる会 /	寿おどりの会	はっぴいハーモニー		名画座	
		午後						
12	日		休館日					
13	月		休館日					
14	火	午前	/　ひまわり		夢伝会		盆踊りの会	
		午後	卓和会　/		ハーモニカ	さくら草	大沢町カラオケ	
15	水	午前	四季の会　/	きもの着付の会	グリーン	あゆみ	でん伝体操	
		午後	てんとう虫　/		K2	歩恵夢		
16	木	午前	フォークダンス	囲碁1	ハーモニー	樹吟詠会	「有度」地区の集い	
		午後	卓友会2　/	囲碁2	SGB15			
17	金	午前	月踊会		俳句の会	絵手紙の会	でん伝体操	
		午後	ともづな会　/		西高町コーラス	エコクラフト	スタジオ411	卓球教室
18	土	午前	粋な会　/				個人カラオケ	九輪会
		午後						
19	日		休館日					
20	月	午前	卓友会3　/　鈴の会	プルメリア	ハミング	控室	「駒越」地区の集い	
		午後	卓友会1		花火の会			
21	火	午前	遊友会　/	あやこ舞	夢伝会		「有度」地区の集い	
		午後	つくし会		カガミーナ	琴姫会		
22	水	午前	卓球C　/　ソイビーンズ		橘剣吟会	やませみ将棋	でん伝体操	
		午後	KIアルス	あやめ会	SGB15	編～ご	船越寺子屋	
23	木	午前	卓球会4		SECフレンズ	第二回運営委員会	トランポウォーク	
		午後	愛好会　/		大沢町カラオケ	M＆M	シニアヨガ・メンズヨガ	
24	金	午前	卓翔	愛舞美舎	シャープ		でん伝体操	
		午後	はまゆう　/	船越桜	山ゆりの会	清水ブリッジ	みんなの輪	心拳楽会
25	土	午前	がんばる会 /	寿おどりの会	はっぴいハーモニー		健康音楽体操	
		午後						
26	日		休館日					
27	月	午前	パカラナ		グリーン	ぬ～の	「有度」地区の集い	
		午後	なでしこ	将棋の会2	25の会	将棋の会1		
28	火	午前	/　ひまわり		夢伝会		盆踊りの会	
		午後	卓和会　/		ハーモニカ	さくら草	いきいき体操	書道教室
29	水	午前	卓友会3　/		ハミング		でん伝体操	
		午後			花火の会			
30	木	午前	/　鈴の会	囲碁1		樹吟詠会	すみれ	
		午後		囲碁2				
31	金	午前	/　鈴の会		ハーモニー		でん伝体操	
		午後	はまゆう　/		個人カラオケ		SGB15	すいれん