



# 船越だより



## 1月からの教室生募集



教室名	開催日・時間	定員
ミニランポ	第1・第3金曜日 13:30~	20人
メンスヨガ	第2・4金曜日 14:45~16:00	30人
気功・太極拳A	第2木・第4水 10:00~	15人
気功・太極拳B	第2・4月曜日 13:30~	15人
リズムワーク&ストレッチ	1/21(火)・2/15(土) 10:00~・3/24(月) 13:30~	20人
みんなで合唱	1/6(月)・2/17(月)・3/3(月) 10:00~	40人
初心者ダンス教室	1/21(火)・2/4(火)・3/3(月) 13:30~	20人
初心者卓球教室	第1・第3金曜日 10:00~	10人



※初めての方優先    ✕切12/7(土)    ミニランポは参加費200円が必要です

### クリスマス会



12月23日(月) 開場13:00~  
開演13:30~

人数 120名

※事前の申し込みが必要です

**12/2(月)10:00から事務所にて申込受付**

整理券をお渡しします 電話での受付はできません

皆さんお楽しみの

清水桜が丘高等学校吹奏楽部による演奏会です

協力 静岡市清水桜が丘高等学校

吹奏楽部の皆さん



### Xmasダンスパーティー

男性大歓迎!!

12月3日(火) 13:00~



初心者の方もベテランの方もどなたでも  
参加できます

ラテン・ワルツなど華やかなダンスと音楽で  
楽しみましょう

### 写経

用紙代 150円

講師 楞嚴院 住職有田様

12月10日(火) 13:30~

心を落ち着け写経しましょう!!



### わくわく体操



12月10日(火) 10:30~

リズムにのって体を動かし

体もワクワク!! 心もワクワク!!



利用者委員会 12月2日(月)13:00~

施設利用についてのご意見や質疑応答

クラブ代表者会 12月2日(月)13:30~

来年度の部屋利用についての説明会

### 骨盤底筋体操



12/6(金)13:30~ 12/17(火)13:30~

持ち物 飲物・ヨガマット

年末大掃除ご協力をお願いします

12月26日(木) 9:30~11:00頃

※小雨決行

皆さんのご協力をよろしくお願いします



### 予告



バードウォッチング 1/16(木) 10:00~

節分鬼たおしゲーム 2/3(月) 13:00~

利用者の皆様へお知らせ

よろず相談随時受付中!!

生活面・健康面など 悩み・相談が  
ありましたらお気軽にお声をかけてください



※各講座に参加希望の方は必ず事務所まで  
お申し込みください

※ウォーキング 活動内容をクラブ名の前に入れました

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	日	午前 午後	船越未来フェスティバル(防災部門)/船越小学校5年生				
2	月	午前 午後	卓球/卓友会3 卓球/卓友会1(船越ウォーカーズ)	茶々姫 踊り/ブルメリア	詩吟/春樹詩吟同好会	視写/花火の会	みんなで合唱 利用者委員会・代表者会議
3	火	午前 午後	書道/書道クラブ 卓球/つくし会		カラオケ/ドレミ カラオケ/25の会	体組成測定	創作ダンス/スタジオ411 Xmasダンスパーティー
4	水	午前 午後	卓球/四季の会 卓球/てんとう虫	きもの着付けの会 ※歩恵夢	カラオケ/K2		でん伝体操
5	木	午前 午後	踊り/あやめ会 卓球/卓友会2	囲碁/地区囲碁クラブ	詩吟/樹吟詠会 カラオケ/SGB15		「辻地区」の集い
6	金	午前 午後	卓球教室 卓球/ともつなクラブ			たね	でん伝体操 骨盤底筋体操
7	土	午前	太極拳/心拳楽会				輪投げ/九輪会
8	日	休館日					
9	月	午前 午後	フラダンス/パカラナ 気功・太極拳教室B	船越ウォーカーズ	オカリナ/ひばり		ミニランポ みんなの輪
10	火	午前 午後	輪投げ/すいれん 卓球/卓和会	脳トレ/夢伝会	生活・健康相談	楽しい硬筆 シニアクラブ女性部	わくわく体操 写経
11	水	午前 午後	踊り/マーガレット		カラオケ/ポイトレV. カラオケ/さくらの会	編み物/編〜ご	でん伝体操
12	木	午前 午後	気功・太極拳教室A 船越シニアクラブ	グループ1307	モルック/あそ棒	英会話/SECフレンズ 手芸/M&M	「不二見地区」の集い
13	金	午前 午後	卓球/卓翔 卓球/はまゆう	踊り/愛舞美舎	カラオケ/風魔の会		でん伝体操 らく楽ヨガ メンズヨガ
14	土	午前	卓球/がんばる会		合奏/はっぴいはーもにー		盆踊りの会
15	日	休館日					
16	月	午前 午後	卓球/卓友会3 卓球/卓友会1(船越ウォーカーズ)	踊り/ブルメリア	詩吟/春樹詩吟同好会	視写/花火の会	スタジオ411 初心者ダンスダンス教室
17	火	午前 午後	書道/書道クラブ 卓球/つくし会		カラオケ/ドレミ カラオケ/25の会	楽しい硬筆	リズムウオーク&ストレッチ 骨盤底筋体操
18	水	午前 午後	卓球/四季の会 卓球/てんとう虫	きもの着付けの会 ※歩恵夢	カラオケ/K2		でん伝体操
19	木	午前 午後	踊り/あやめ会 卓球/卓友会2	囲碁/地区囲碁クラブ	詩吟/樹吟詠会 カラオケ/SGB15	交通安全会 控室	「船越地区」の集い
20	金	午前 午後	卓球教室 卓球/ともつなクラブ				でん伝体操 ミニランポ
21	土	午前	太極拳/心拳楽会				輪投げ/九輪会
22	日	休館日					
23	月	午前 午後	フラダンス/パカラナ		オカリナ/ひばり	ぬりえ/色えんぴつの会	クリスマス会準備 クリスマス会
24	火	午前 午後	創作ダンス/スタジオ411 卓球/卓和会	脳トレ/夢伝会			「不二見地区」の集い
25	水	午前 午後	気功・太極拳教室A 踊り/マーガレット		カラオケ/ポイトレV. カラオケ/さくらの会	編み物/編〜ご	でん伝体操
26	木	午前 午後	年末大掃除			手芸/M&M	モルック/あそ棒
27	金	午前 午後	卓球/卓翔 卓球/はまゆう		カラオケ/風魔の会		でん伝体操 らく楽ヨガ メンズヨガ
28	土	午前	事務所大掃除				
29	日	 12/29(日)より1/3(金)まで休館日とさせていただきます 来年は1/4(土)より開館いたします 今年も大変お世話になりました よいお年をお迎えください					
30	月						
31	火						