



平塚市南部福祉会館老人福祉センター 11月予定表

10月21日現在

南部福祉会館 電話 21-3370

11月	集会室予約団体・他イベント		カラオケ		風呂	(実施場所) 会：1階会議室 ポ：B1Fボランティア室
	カラオケ 午前受付 9:05 開始 9:10 28曲 午後受付 13:00 開始 13:30 28曲		午前受付 9:05	午後受付 13:00		
1	金		○	○	○	
2	土		○	○	○	
3	日	休 館 日				
4	月	休 館 日				
5	火	終の棲家講座 13:30~14:30 富士白体操 14:30~	○	✖	○	
6	水		○	○	○	
7	木	ダーツ 13:30~15:00 事前申込制 (10/22~10/29)	○	✖	○	
8	金		○	○	○	ポ：オレンジカフェ13時~
9	土	囲碁ボール 10:00~11:30 事前申込制(10/22~10/29)	✖	○	○	
10	日	休 館 日				
11	月	集会室は団体利用の為貸切 (9:00~15:00)	✖	✖	○	
12	火	歌謡体操 10:30~11:30	✖	○	○	
13	水	くすの木体操プラス(ダンベル体操) 13:30~14:00 △カラオケ14:15~15:15	○	△	○	
14	木	リラクゼーションヨガ 10:00~11:30 参加費700円 事前申込制	✖	○	○	
15	金	前日準備の為集会室・機能回復室・教養娯楽室は13時までとなります	○	✖	○	
16	土	ふれ愛・なぎさ祭り 10:00~15:00	✖	✖	✖	
17	日	休 館 日				
18	月		○	○	○	
19	火	ゴム体操&リフレク 13:30~14:30	○	✖	○	
20	水		○	○	○	
21	木		○	○	○	
22	金		○	○	○	ポ：オレンジカフェ13時~
23	土	休 館 日				
24	日	休 館 日				
25	月		○	○	○	
26	火	囲碁ボール 13:30~15:00 事前申込制(10/22~10/29)	○	✖	○	
27	水	ダンベル体操 13:30~14:00 △カラオケ14:15~15:15	○	△	○	
28	木		○	○	○	
29	金		○	○	○	
30	土	集会室は団体利用の為貸切 (10:00~15:00)	✖	✖	○	
南部福祉会館のホームページから2階予定表・プール予定表・たよりがご覧になれます。 南部福祉会館ホームページ → 			☆エンジョイステップ&フィットネス 先着20名 事前申込制 11月20日(水) 9:20~10:30 1階体育館 持ち物 紐結びのしっかりした運動靴・飲み物・汗拭きタオル			
☆体組成計による測定を行っています。 (火)・(木)・(土)2階健康相談室 参加費無料 予約制 申し込みは1階事務室へお願いします。				☆やさしいエアロピクス 先着40名 事前申込制 11月26日(火) 13:40~14:40 1階体育館 持ち物 室内用運動靴 参加費500円		
☆終の棲家講座 先着30名 事前申込制 参加費無料 11月5日(火) 13:30~14:30 2階集会室 内容「高齢者向け住まいの探し方と選び方」 14:30~富士白体操を開催します。						
☆南部オレンジカフェ 11月8日・22日(金) 13:00~15:00 地下ボランティア活動室 コーヒー・紅茶1杯70円			☆体操 11:50~12:00 (イベント開催時は除く) ☆輪踊り 13:00~13:30 お休み 5・7・11・13・15・16・19・26・27・30日			
☆11月のテーマ別カラオケ・カラオケde歌声サロンはお休みです。						