



平塚市南部福祉会館老人福祉センター 12月予定表

11月20日改訂版

南部福祉会館 電話 21-3370

		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
12月		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	日	休 館 日				
2	月		○	○	○	
3	火	富士白体操 13:30~14:30	○	✖	○	ポ：クリスマスリース10時~
4	水		○	○	○	
5	木		○	○	○	
6	金	囲碁ボール 13:30~15:00 事前申込制(11/18~25)	○	✖	○	
7	土		○	○	○	
8	日	休 館 日				
9	月	★コラボイベント★テーマ別カラオケinオレンジカフェ13:00~15:15	○	テーマ別	○	
10	火	歌謡体操 10:30~11:30	✖	✖	○	
		フレイルチェック測定会 13:30~15:30				
11	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	○	△	○	
12	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	✖	○	○	
13	金		○	○	○	ポ：オレンジカフェ13時~
14	土	囲碁ボール 10:00~11:30 事前申込制(11/18~25)	✖	○	○	
15	日	休 館 日				
16	月	集会室は団体利用の為貸切 (10:00~15:00)	✖	✖	○	
17	火	集会室は団体利用の為貸切 (9:00~13:15)	✖	✖	○	ポ：モルック13時~
		ゴム体操&リフレク 13:30~14:30				
18	水		○	○	○	
19	木		○	○	○	
20	金		○	○	○	
21	土		○	○	○	
22	日	休 館 日				
23	月	カラオケde歌声サロン 13:30~15:15 集会室貸切	○	歌声サロン	○	会：スマホ講座10時~
24	火		○	○	○	
25	水	ダンベル体操 13:30~14:00 △カラオケ14:15~15:15	○	△	○	
26	木		○	○	○	
27	金		○	○	○	
28	土		○	○	○	
29	日	年 末 休 館 日				
30	月	年 末 休 館 日				
31	火	年 末 休 館 日				

<p>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。</p> <p style="text-align: center;">南部福祉会館ホームページ →</p>	 <p>☆エンジョイステップ&フィットネス 先着20名 事前申込制 12月18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</p>
<p>☆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。</p>	 <p>☆やさしいエアロビクス 先着40名 事前申込制 12月24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</p>
<p>☆9日(月)テーマ別カラオケ カラオケ券2枚 事前申込み 観覧自由 ☆23日(月)カラオケde歌声サロン カラオケ券2枚 事前申込なし</p>	<p>☆クリスマスリース 持ち物：花バサミ、持ち帰り用袋 12月3日(火)10:00~11:30 参加費2000円 定員15名</p>
<p>☆南部オレンジカフェ13日(金)13:00~15:00 ボランティア活動室 9日(月)は集会室で開催。カラオケを聞きながらホッとしませんか？</p>	<p>☆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 3・6・9・10・11・16・17・23・25日</p>
<p>☆フレイルチェック測定会 12月10日(火)13:30~15:30 2階集会室 定員20名 持ち物：筆記用具、飲み物、不織布マスク</p>	<p>☆12月29日(日)~1月3日(金) 年末休館日です。</p>