

平塚市西部福祉会館

3月予定表

2026年2月16日発行 第1版

申込受付は、9:00~16:00

持ち物等詳細についてはスタッフにお尋ねください。

		イベント名	場所	時間	その他	個人カラオケ	
						午前	午後
1	日					○	○
2	月	西部介護予防体操	1Fホール	10:00~11:30	参加費(ひと月300円)	○	×
3	火					○	○
4	水					×	○
5	木	モルック	1Fホール	10:00~11:30	申込制 前月10日より受付	×	○
6	金	西部ハッピーライフ健康体操	1Fホール	12:00~13:15 13:15~14:30	参加費500円	○	○
7	土					○	○
8	日					○	○
9	月	はつらつビューティー体操	1Fホール	10:00~11:30	参加費300円	○	×
10	火					○	○
11	水	チェアリズムエクササイズ	1Fホール	10:00~11:30	参加費400円	○	○
		ウエルネスダンス	1F活動室	10:00~11:30	申込制 3日より受付		
		よりみち水曜日 「豊臣兄弟!」秀長の前半生	1F会議室	14:00~15:00	申込制		
12	木	からだイキイキ歌謡体操	1Fホール	10:00~11:30		○	○
13	金	ご当地カラオケ 「忘れられないご当地」	2F集会室	9:10~11:30 13:10~15:30	7(土)8(日)9(月)10(火)に受付	×	×
		リラクゼーションヨガ教室	1Fホール	10:00~11:30	参加費700円		
		西部ハッピーライフ健康体操	1Fホール	12:00~13:15 13:15~14:30	参加費500円		
14	土	英語の歌	1F会議室	10:00~11:20	申込制 参加費500円	×	○
		「名曲でお茶を」	1F会議室	14:30~15:45	申込制100円 前月20日より受付		
15	日	休館日					
16	月	西部介護予防体操	1Fホール	10:00~11:30	参加費(ひと月300円)	○	○
17	火	カルタ大会	2F多目的室	14:00~15:00	申込制 参加費100円	×	○
18	水	ピンポンの日	1Fホール	9:15~14:15	9:10より毎時10分に抽選	×	○
		ひだまりサロン「苔玉作り」	2F多目的室	14:00~15:00	2月18日より受付 参加費1000円		
19	木	楽しいリンパ体操	1Fホール	10:00~11:30	参加費400円	×	○
20	金					○	○
21	土					○	×
22	日	サンデーポップカラオケ & カフェ(演歌以外の歌)	2F集会室	13:00~15:30	1曲50円 スティックコーヒー・紅茶1杯50円	○	○ サンデー
		名画会「若草物語」	1Fホール	13:15~15:20	申込制 2月22日より受付		
23	月	西部介護予防体操	1Fホール	10:00~11:30	参加費(ひと月300円)	○	○
		健康講座「楽しく食べて健康に!」	1F会議室	13:00~14:30	申込制		
24	火	テーマ別カラオケ「別れ」	2F集会室	9:10~11:30 13:10~15:30	18(水)19(木)20(金)21(土)に 受付	×	×
25	水					○	○
26	木	西部の囲碁ボール	1Fホール	10:00~11:30	申込制 10日より受付	○	○
		大人の紙芝居	2F集会室	12:00~12:40			
27	金	リラクゼーションヨガ教室	1Fホール	10:00~11:30	参加費700円	○	○
28	土	ポッチャ	2F集会室	10:00~11:30	申込制 3日より受付	×	○
29	日					×	×
30	月	足健康体操	1Fホール	10:00~11:30	申込制 1日より受付	×	×
31	火					○	○

※楽しく体操・・・1日、4日、8日、11日、18日、22日、25日 2F集会室 11:50~12:20

※「オレンジカフェ」 13:00~15:00 コーヒー、紅茶 1杯100円

5日、19日 旭北福祉村 地域活動室

12日、26日 西部福祉会館 1F会議室

※初心者囲碁将棋サロン「気楽」9日、23日 9:30~11:30 教養娯楽室 無料

※健康相談室・・・月、水、金、日(休館日を除く) 9:30~12:30、13:30~15:00

体組成計測定、血圧測定 随時

平塚市在住60歳以上の方に参加いただける行事です。

自主事業やイベントは、新たに追加されたり変更になる場合があります。

☆駐車場に限りがあるため、なるべく公共交通機関でのご来館をお願いします。

平塚市西部福祉会館 ☎0463-50-5525 http://www.scn-net.ne.jp/~h_seibu/

