

清戸の杜

白井市福祉センター情報誌

2022.4.1 発行



4月号

Vol.88



お待ちしております!

浴場再開



利用を休止していた浴場利用を 4月4日(月)より再開します!
新型コロナウイルス感染拡大予防対策として、人数制限および時間制限を設けます。
ご理解、ご協力をよろしくお願いいたします。

【人数制限】一度に入浴できる人数は、**男女各6人まで**

【時間制限】浴場利用時間は、**40分制限**(着替えの時間含)

- ①10:00~ ②10:40~ ③11:20~ ④12:00~ ⑤12:40~
⑥13:20~ ⑦14:00~ ⑧14:40~ ⑨15:20~



<今月の講座>

★ いきいきヨガ講座 ★

4月6日(水) 10:00~11:30

ゆったりと身体を動かしながら、心も体も
リフレッシュ! 全12回の講座です。

★ 脳いきいきアート講座 ★

4月8日(金) 13:00~15:00

毎月異なるアート作品の制作を楽しみます。
絵を描くことが苦手な方でも楽しめるプログラム
全12回の講座です。

★ ひめトレ講座 ★

骨盤底筋を鍛え、姿勢改善、ウエスト引き締め
尿もれ予防も期待できます。

日時: 4/19 5/17 5/31 6/7

6/21 7/5 (各火曜日)

10:00~11:00

締切: 4月6日(水)



開催予定の講座は、新型コロナウイルス感染拡大
のため中止になる場合があります。

<来月の講座>

★ ~シニアのための~

はじめての英会話講座 ★

コロナ禍で旅行ができない今だから、おうち時間を利用して
簡単な英会話をマスターしませんか!

日時: 5/6、13、20、27 (各金曜日)

13:00~15:00

締切: 4月27日(水)

★ 初めての自彊術講座 ★

体力に自信のない方でも大丈夫!

一緒に健康を維持・増進しましょう!

日時: 5/12、19、26、6/2 (各木曜日)

10:00~11:30

締切: 4月25日(月)

★ 「何が本当?お風呂の正しい入り方」 ★

予防医学の専門家古谷博士からお風呂の正しい知識を
学びませんか。

日時: 5/14(土) 10:00~正午

締切: 4月28日(木)



福祉センター利用サークル一覧

区分	団体名	活動日	時間	区分	団体名	活動日	時間				
1	手工芸・染	はなみずき	定期	月曜日	午後	30	英会話	Let's Enjoy in	定期	火曜日	午後
2	華道	生け花いずみの会	定期	第1第3火	午後			English			
3	ギター	アマポーラ	定期	水曜日	午前	32	バドミントン	遊遊クラブ	定期	火曜日	午後
4	陶芸	縄文	定期	土曜日	終日	33	邦楽	邦楽愛好会	不定期		午後
5	陶芸	楽陶会	定期	木曜日	終日	34	写真撮影	デジカメサークル櫻	不定期		午後
6	陶芸	光彩の会	定期	水曜日	終日	35	吹き矢	ヤブキ	定期	第2第4水	午前
7	陶芸	陶芸火曜会	定期	火曜日	終日	36	ペン習字	初心者ペン習字の会	定期	第2第4木	午前
8	絵画	四季彩	定期	第1第3木	午後	37	体操	スポーツボイス	定期	第2第4火	午前
9	パソコン	M.Cクラブ	定期	第2第4火	午後	38	フラワー	花スタジオ	定期	第3火・水	午前
10	ゲーム	コントラクトブリッジ	定期	水曜日	午前		アレンジメント				
11	人文・社会・科学	社)実践倫理宏正会	不定期			39	体操	マミーハート	定期	第2金曜日	午前
12	環境学習	谷田武西の原っぱと森の会	不定期			40	ヨガ	スッキリヨガ	定期	月曜日	午前
13	健康体操	自彊術	定期	火曜日	午前	41	電子工作の作成	電子工作研究会	不定期		
14	太極拳	太極拳木曜会	不定期		午前	42	バドミントン	Popo	不定期		
15	バドミントン	白井バドミントンクラブ	定期	木曜日	午後	45	絵手紙	ユズの会	定期	第3金曜日	午後
16	バドミントン	くれよん	定期	月曜日	午後	46	剣道	剣道愛好会	不定期		午前
17	バドミントン	桜台フレッシュ	定期	火曜日	午後						
18	バドミントン	桜台BFC	定期	土曜日	午後						
19	卓球	白井マスターズ	定期	水曜日	午後						
20	合唱	ソアヴィータ	不定期		夜間						
21	ショートテニス	桜台スポーツクラブ	定期	月曜日	午前						
22	フラダンス	ティアレフラサークル	定期	月曜日	午後						
23	空手	松門会	不定期								
24	ダンス	999RED	不定期		夜間						
25	ギター	スパイス	不定期		午前						
26	バドミントン	あすなろクラブ	不定期		午前						
27	編み物	ニット	定期	第1第3木	午後						
28	箏	さーくる絃	定期	第2第4火	午前						
29	バレーボール	すみれ	不定期								

令和4年4月1日

ここは、子どもからお年寄りまで、誰もが集える市民の交差点です。緑と笑い歌声いっぱいの福祉センターで今日もお楽しみください。

