

令和5年度

さつきが丘いきいきセンター便り



当センターは、市内在住60歳以上の方に無料でご利用いただける施設です。(教材費等の実費負担は有)ぜひこの機会に遊びにいらしてください。お問い合わせもお気軽にどうぞ♪

【今月の予定】

1. 講演会「第1回 歌声集会」

日時:5月14日(日)13:30~15:00

内容:今年度1回目となる歌声集会。ギター演奏に合わせて懐かしい歌を楽しく歌ってストレス発散しましょう。

定員:先着50名

申込:5月2日9:30より受付開始。窓口または電話にて。

※当センターでは屋内で感染リスクの高い行為(カラオケ、合唱など)はマスク着用を推奨しています。



2. 運動講演会「ゆるめの運動」

日時:5月31日(水)14:00~15:30

内容:いきいきプラザ、センターにてボディケアスクールを担当している理学療法士原田氏による体操です。今回は普段ほとんど運動をしていない方を対象にしたきつくない運動を行います。

定員:先着22名

持ち物:マットあるいはバスタオル

申込:5月10日9:30より受付開始。窓口または電話にて。

【6月の予定】

※予定の変更等の可能性があります。

「健康フェスティバル」6月30日(金)9:30~15:30の内、10分毎の事前予約制です。身体測定、骨密度や血流の測定、看護師の健康相談、あんしんケアセンターの生活相談など。定員90人。詳細は6月号市政だよりに掲載予定です。

【同好会のご案内】

さつきが丘いきいきセンターでは、運動系、文化系など全23団体が活動しています。

4月より、新たに立ち上げとなった新規同好会

座タップダンス(第2・4火9:30~11:30)は

お仲間募集中ですので、詳細はお気軽にお問い合わせください。

【5月部屋使用日程表】

日付	曜日	囲碁・将棋			健康麻雀		
		9:30	12:00	14:30	9:30	12:00	14:30
1	月	×	○	○	×	×	×
2	火	×	○	○	×	×	○
3	水	×	○	○	×	○	○
4	木	×	○	○	○	○	○
5	金	○	○	○	○	○	○
6	土	×	○	○	×	○	○
7	日	×	○	○	○	○	○
8	月	×	○	○	○	×	×
9	火	×	○	○	×	×	×
10	水	×	×	×	○	○	○
11	木	×	○	○	×	×	×
12	金	×	○	○	×	×	×
13	土	×	○	○	×	×	×
14	日	×	○	○	×	×	×
15	月	×	○	○	×	×	×
16	火	×	○	○	×	×	○
17	水	×	○	○	×	×	×
18	木	×	○	○	×	×	×
19	金	×	○	○	○	×	×
20	土	×	○	○	×	○	○
21	日	○	○	○	○	○	○
22	月	×	○	○	○	×	×
23	火	×	○	○	×	×	×
24	水	×	×	×	○	○	○
25	木	×	○	○	×	×	×
26	金	×	○	○	×	×	×
27	土	×	○	○	×	×	×
28	日	×	○	○	○	○	○
29	月	○	○	○	○	○	○
30	火	○	○	○	○	○	○
31	水	×	×	×	×	×	×

- ・無料の一般開放です。ご自由にご来館ください。
- ・麻雀卓ではなく、机にマットを敷く形で行います。予めご了承ください。
- ・室内履き、氏名・住所・生年月日の確認できるものをご持参ください。
- ・状況により、変更等が生じる可能性があります。予めご了承ください。

千葉県さつきが丘いきいきセンター		電話	043-250-4651
住所	花見川区さつきが丘1-32-3	FAX	043-250-4652

* 当センターは、千葉市在住、60歳以上の方にご利用いただける施設です。
 * 大変お手数ですが、毎回身分の確認できるもののご提示をお願いいたします。
 * いきいきプラザ、センターで使える身分証「利用者カード」の発行も随時承っております。