



緑いきいきプラザだより

ホームページ 緑いきいきプラザ
<http://www.shafuku-chiba.jp/midori.html>

5月号
令和5年5月1日発行
千葉市緑いきいきプラザ
☎266-0005
千葉市緑区菅田町2-15-65
☎043-300-1313
Fax 043-300-1511

緑いきいきプラザは60歳以上（一部事業では65歳以上）の方にご利用いただける施設です。いろいろな介護予防事業が皆様をお待ちしています！



※駐車場（約50台）有
ゲートボール場もあります

いきいきプラザの事業を一部ご紹介します。

- ボディケアスクール：理学療法士等による体操教室です。
- 高齢者福祉講座：運動系や教養系の講座です。無料（一部実費負担有）でご参加いただけます。
- 同好会活動：継続して活動したい団体へのお部屋貸しです。
- 生きがい活動：週に1回参加いただく介護予防教室です。
- 自主事業：施設での体操教室や自治会等への出張体操、健康測定会等を行っています。
- 入浴設備：入浴料100円（市外の方は300円）
- 各種相談：看護師や理学療法士、福祉専門職が承ります。
- 一般開放：囲碁将棋・麻雀・カラオケ・卓球ができます。

令和5年度福祉講座が始まりました！！

4月から始まった活動ですが、欠員募集をしている講座があります。身体を動かすもの、頭を使うもの、新しい知識や経験に出会えるものがあります。是非！ご参加ください。

～～欠員募集案内～～

- ① 脳活性化講座 第1・3月 14:30～
- ② 介護予防体操 第2・4月 9:30～
- ③ デジタルカメラを楽しむ 第1・3火 9:30～
- ④ 世界遺産の魅力を探る Ver2.0A 第1・3火 9:30～
- ⑤ 色えんぴつ画 第2・4水 9:30～
- ⑥ 健康気功体操 第2・4水 12:00～
- ⑦ キックボクシングエクササイズ 第2・4水 12:00～
- ⑧ 気軽にエクササイズ 第1・3木 9:30～
- ⑨ 陶芸 第2・4木 9:30～
- ⑩ ルディックウォークで健康ゲット 5/26、6/2、9、16 14:30

※詳しくは、職員にお問い合わせください！！ →043-300-1313



引き続き、手指や使用した道具の消毒にご協力ください。カラオケはマスク着用をお願いします♪
 予定は変更する場合がございますので、ご了承ください。

●はお部屋をご利用いただけるだけです。

午前 9:30~11:30 午後①12:00~14:00 午後②14:30~16:30

Twitter(ツイッター)

イベント情報
 など随時、更新
 しています。QR
 コードを読み取
 りご覧ください
 ！やり方分か
 らない方は、お
 教えします！！

QRコード



部屋名		研修室1・2			創作室			教養娯楽室			集会室		
利用種目		卓球			麻雀			囲碁・将棋・麻雀			カラオケ・憩いの広場		
日	曜	午前	午後①	午後②	午前	午後①	午後②	午前	午後①	午後②	午前	午後①	午後②
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		●			●				●		●	