



ホームページ QRコード

<https://shafukuchiba.jp/wakaba.html>



ツイッター QRコード

[https://twitter.com/wakabaikiiki\\_p](https://twitter.com/wakabaikiiki_p)

## 出張体操に行ってきました



千城台公民館から依頼があり5月11日(木)に出張体操に行ってきました。ボール運動、ストレッチの紹介等の実技を体験しました。今回は、2回シリーズのため5月25日(木)も職員を派遣します。

## あんしんケアセンター千城台 出張相談

6月の相談日時は、第1~4水曜日の10:30から11:30です。

(7日、14日、21日、28日)

高齢者の皆様やご家族、近隣に暮らす方々の介護や健康、福祉、医療や生活に関することなど何でも無料でご相談に応じます。

## ボディケアスクール欠員情報



7月~9月コースに欠員があります。欠員募集受付の期間は6月1日(木)から6月7日(水)です。詳細は事務室窓口にお問い合わせください。

## フレイル健康教育



若葉保健福祉センター健康課の職員による「フレイル健康教育」を生きがい活動支援通所事業ご利用者・同好会会員を対象に開催しました。フレイルの話、簡単な運動や脳トレ、筋肉を減らさないための食事の話を書いてフレイル予防に役立てました。

## 「看護実習生」が来ます

6月中旬より6校の看護学生が実習に見えます。いきいきプラザの役割等を学びに来ますので、ご協力のほど宜しくお願いします。

**予定・募集情報!** ~予定、募集開始日と概要です。詳細は事務室窓口までお問合せ下さい!~

| 募集開始日時           | 項目               | 催事名・内容 等  | 開催日時・期間                        |
|------------------|------------------|---|--------------------------------|
| 6月1日(木)<br>9:30~ | 講演会              | 身体をほぐす体操  | 6月29日(木)10:00~12:00<br>事前予約制です |
| 受付中              | 令和5年度<br>高齢者福祉講座 | 4月から開講した高齢者福祉講座の欠員募集を先着順で受け付けをしています。詳細は事務室窓口へ直接お問い合わせください。    |                                |
|                  | 生きがい活動<br>支援通所事業 | 前期分の同事業に欠員があり先着順で受け付けます。詳細は、ポスター掲示をご覧いただくか事務室窓口へ直接お問い合わせください。 |                                |
|                  | 若葉いきいき体操         | 4月から9月開催分の参加者を募集中です。詳細は、ポスター掲示をご覧いただくか、事務室窓口へ直接お問い合わせください。    |                                |

6月

## 集会室【一般開放】

## 利用のご案内

| 曜日 | 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 時間 |    |    |    |    | 1  | 2  | 3  |
| 午前 |    |    |    |    | ×  | ×  | ×  |
| 午後 |    |    |    |    | ○  | ○  | ○  |
| 時間 | 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
| 午前 | ×  | ×  | ×  | ×  | ×  | ○  | ×  |
| 午後 | ○  | ○  | ×  | ×  | ×  | ○  | ○  |
| 時間 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 午前 | ×  | ×  | ×  | ×  | ×  | ×  | ×  |
| 午後 | ○  | ×  | ×  | ×  | ○  | ○  | ○  |
| 時間 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 午前 | ×  | ×  | ×  | ×  | ×  | ○  | ×  |
| 午後 | ○  | ○  | ×  | ×  | ×  | ○  | ○  |
| 時間 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |    |
| 午前 | ×  | ×  | ×  | ×  | ×  | ○  |    |
| 午後 | ○  | ×  | ×  | ×  | ○  | ○  |    |

- ※ 午前=9:00~12:00 午後=12:30~17:15
- ※ ×のついた日時をご利用になれません。
- ※ 予定は変更になる場合がありますので、予めご了承下さい。

教養娯楽室(一般開放)使用不可日

6月 3日(土)9:00~12:00  
6月17日(土)9:00~12:00



千葉市若葉いきいきプラザ  
電話 043-228-5010  
FAX 043-228-8956



千葉市社会福祉協議会ホームページQRコードです。