

# 蘇我いきいきセンターだより

R5 7月号  
6月25日発行



暑さに体が慣れていないこの時期、水分と塩分をこまめにとって熱中症を予防しましょう。扇風機やエアコンも上手に活用を！



七夕の短冊を受け付け台に用意します  
願い事を書いて笹に飾りましょう

## 〈講演会のお知らせ〉

「買う前にわかる！

スマートフォン体験教室(入門編)」

【日時】 8月15日(火)

13:00~15:00

【対象】 千葉市に住所を有する60歳以上の方

【定員】 16名(事前予約制)

【申込み】 8月1日(火) 9:30~

直接または電話・FAXいずれも可  
(FAXの方は、氏名・住所・年齢・電話番号を明記)

※体験用のスマートフォンを貸し出します



## 〈短期講座のお知らせ〉

「理学療法士による体操」(全4回)



【日時】 9月7日(木) 9月21日(木)  
10月5日(木) 10月19日(木)

14:30~16:30

【対象】 千葉市に住所を有する60歳以上の方

【定員】 15名(事前予約制)

【申込み】 8月15日(火)9:30~8月25日(金)

直接または電話・FAXいずれも可

(FAXの方は、氏名・住所・年齢・電話番号を明記)

※応募者多数の場合は、8月26日(土)9:30 抽選

※前回受講した方も申込み可

## 〈募集のお知らせ〉

### 1. 生きがい活動支援通所事業 (10月~3月)

千葉市内に住所を有する65歳以上で、  
介護保険の非該当の方が対象です。  
火~土曜日のうち希望する曜日に週1回  
参加は無料です。



※詳しくは、市政だより8月号をご覧ください

### 2. ボディケアスクール (10~12月コース・1~3月コース)

千葉市内に住所を有する60歳以上の方が  
対象です。  
毎週水曜日(第5週を除く)12:00~14:00  
参加は無料です。



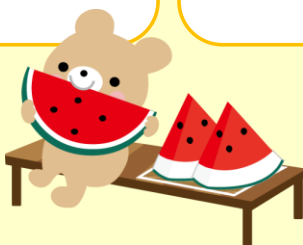
♪ 蘇我いきいきセンターでは、日常生活における  
悩みごと等の**生活相談**や、看護師による**健康相談**  
を受け付けております。お気軽にご相談下さい。  
なお、電話による相談も承ります。

### ♪ 理学療法士による相談

毎週水曜日 事前予約制  
ご希望の方は事務室にてお申し込みください。



- \* 当センターは、千葉市に住所を有する60歳以上の方がご利用いただける老人福祉センターです。
- \* センターご利用の際は『年齢と住所のわかるもの』をお見せください。
- \* ゴミはお持ち帰りください。



千葉市蘇我いきいきセンター  
中央区今井1-14-38  
TEL(264)6966 FAX(264)6967

## 7月の部屋空き状況

	日		月		火		水		木		金		土	
	研修室	集会室	研修室	集会室	研修室	集会室	研修室	集会室	研修室	集会室	研修室	集会室	研修室	集会室
													<b>1</b>	
9:30~11:30													×	×
12:00~14:00														
14:30~16:30														
	<b>2</b>		<b>3</b>		<b>4</b>		<b>5</b>		<b>6</b>		<b>7</b>		<b>8</b>	
9:30~11:30			×	福祉講座		×	×	福祉講座	×	×	×	いき体A		×
12:00~14:00				×		×		ボディケア スクール		×	×	×		×
14:30~16:30				×		×		×				×	×	
	<b>9</b>		<b>10</b>		<b>11</b>		<b>12</b>		<b>13</b>		<b>14</b>		<b>15</b>	
9:30~11:30			×	×				福祉講座		×	×	いき体B	×	×
12:00~14:00			×	×	×	×		ボディケア スクール			福祉講座	×	×	
14:30~16:30					×	×				×		×		
	<b>16</b>		<b>17</b>		<b>18</b>		<b>19</b>		<b>20</b>		<b>21</b>		<b>22</b>	
9:30~11:30			×	福祉講座		×	×	福祉講座	×	×	×	いき体A		×
12:00~14:00				×		×		ボディケア スクール		×				
14:30~16:30				×		×		×				×		
	<b>23</b>		<b>24</b>		<b>25</b>		<b>26</b>		<b>27</b>		<b>28</b>		<b>29</b>	
9:30~11:30			×	×				×		×	×	いき体B		×
12:00~14:00			×	×	×	×		ボディケア スクール			福祉講座		×	
14:30~16:30					×	×				×		×		
	<b>30</b>		<b>31</b>											
9:30~11:30														
12:00~14:00														
14:30~16:30														

※貸出用の囲碁セット、将棋セット、麻雀セットをご用意してます。

※趣味活動(パッチワーク、編み物など)や会合など、少人数でもご利用できます。

※事業等により、ご利用できる日時が変更になる場合がありますので、ご了承ください。

※集会室はカーペット敷きになってます。裸足か靴下でご利用ください。

※空欄の時間帯で開放可能の場合がありますので、ご利用希望の方は事務室までご相談ください。