



蘇我いきいきセンターだより

R5

8月号

7月25日発行

体が暑さに慣れていない状態での急な暑さは熱中症になりやすくなります。
適度な運動や湯船につかって入浴することで、体を暑さに慣れさせましょう。

講演会

「買う前にわかる！」

スマートフォン体験教室

(入門編)

—ソフトバンク—



- 【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 ※先着順
- 【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)



※スマートフォン(体験機)の貸し出しがあります。

短期講座

「理学療法士による体操」

講師 泉谷俊光 氏



- 【日時】 9/7(木)・9/21(木)
10/5(木)・10/19(木) (全4回)
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
- 【申込み】 8/15(火) 9:30~8/25(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8/26(土) 9:30抽選

「歌声集会」

ギター伴奏 渡邊 聰 氏

- 【日時】 9月10日(日)
13:00~15:00
- 【場所】 蘇我コミュニティセンター 3Fホール
- 【対象】 千葉市に住所を有する60歳以上の方
- 【定員】 60名 ※先着順
- 【申込み】 9月1日(金) 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)

昭和の歌を
楽しく
歌ってみよう♪



*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

8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
					1		2		3		4		5	
9:30~11:30							×	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						×		×				×		
	6		7		8		9		10		11		12	
9:30~11:30			×	福祉講座		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				×	×								×	
	13		14		15		16		17		18		19	
9:30~11:30			×	×			×	福祉講座	×	×	×	いき体A	×	×
12:00~14:00		×		×	講演会	×		ボディケア スクール		×				
14:30~16:30					講演会	×		×				×		
	20		21		22		23		24		25		26	
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				×	×								×	
	27		28		29		30		31					
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な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。