

令和5年度

さつきが丘いきいきセンター便り



冷え込みが厳しくなり、インフルエンザの予防接種に足を運ぶ人も多くなる季節。
体調管理に十分気を付けてさつきが丘いきいきセンターにも元気に足を運んでください。

【11月の予定】 ※申込は、直接来館または電話、FAXにて

1. 講演会「第3回 歌声集会」

日時: 11月12日(日) 13:30~15:00

内容: 今年度3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: **11月3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. 短期講座「ポッチャとモルボ50」4回コース(初心者向け)

開催日: 11月24日、12月22日、1月12日、26日 第2・4(金) 9:30~11:30

内容: 「ポッチャ」だけでなくフィンランドのゲーム「モルック」と「ポッチャ」を
あわせた新しいスポーツも行います。(定員12人)

申込: **11月6日9:30~13日** 応募多数の場合11月14日抽選。



生きがい活動 欠員募集中!

木曜日 3名

土曜日 6名

(定員15名)



生きがい活動とは、週に1回曜日を決めて通っていただき、
介護いらずの体を維持するために、脳トレ、健康体操、
レクリエーション、作り物、お仲間同士で談話等行う事業です。

事業の中には「教養講座」があり、月に1回(2時間ほど)
外部から講師を招いて実施します。(材料費は自己負担)

10月

パスタでクリスマスの飾り作り



11月

ヨガ(予定)



12月

そば打ち(予定)



【12月の予定・・・の予告】 ※変更の可能性があります。

- 脳年齢測定週間 12月1日（金）～12月11日（月）予約不要。
- 弦楽三重奏クリスマスコンサート 12月9日（土）午後
- 健康フェスティバル 12月12日（火）



※申込方法等の詳細は追ってお知らせいたします。

【11月一般開放(囲碁・将棋等)のご案内】

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

※状況により変更が生じる可能性があります。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、千葉県在住、60歳以上の方にご利用いただける施設です。

*毎回氏名・住所・生年月日の確認できるもののご提示をお願いいたします。

*市内いきいきプラザ、センターで使える「利用者カード」の発行も随時承っております。