



蘇我いきいきセンターだより

新緑の季節になりました。爽やかな風と共に紫外線も強くなります。
日傘や帽子の着用や日焼け止めの利用をお勧めします。

R6
5月号
4月25日発行

講演会 「スローエアロビック」

講師 鈴木 昌江氏

【日 時】 **5月31日(金)**

13:00~15:00

【定 員】 16名(事前予約制)

(千葉市に住所を有する60歳以上の方)

【申し込み】 5月1日(水) 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)

新任ご挨拶



4月より着任しました海老原です。

まだわからない事だらけですが、みなさんに教えてもらいながら一緒に蘇我いきいきセンターを楽しんでいけたらと思っています。
よろしくお願いします。

ミニボテイケアスクール (4~6月コース)

理学療法士が実演しているDVDを見ながら
体操しましょう！

A・Bグループとも
空きあります！

Aグループ 第2・4月曜 14:30~15:30

Bグループ 第2・4水曜 14:30~15:30

【定 員】 各グループ15名

【対 象】 千葉市に住所を有する60歳以上の方で、蘇我いきいきセンターのボテイケアスクール4月コースへの参加が決定していない方

歌声集会

ギター演奏 渡邊 聡氏



【日 時】 **6月9日(日)**

13:30~15:00

【定 員】 60名(事前申し込み制)

(千葉市に住所を有する60歳以上の方)

【場 所】 蘇我コミュニティセンター3F

【申し込み】 5月15日(水) 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)

★蘇我いきいきセンターでは、皆様の相談を受け付けています

♪日常生活における悩みこと等の**生活相談**

♪看護師による健康に関する**健康相談**

お気軽にご相談ください。なお、電話による相談も承ります。

♪**理学療法士による相談**

第2・4水曜日14:00~(事前予約制)

ご希望の方は事務室にてお申込みください。

ボテイケアスクール 7月コース欠員募集

蘇我いきいきセンター欠員 **1名**

【申し込み】 5月22日(水)~6月7日(金)

※応募者多数の場合、6月14日(金)9:30抽選



- * 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

5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	
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								×		福祉講座		×		
	5		6		7		8		9		10		11	
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				×		×		ミニ ボディケア		×		×		
	12		13		14		15		16		17		18	
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				ミニ ボディケア	×	×		×		福祉講座		×		
	19		20		21		22		23		24		25	
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				×	×	×		ミニ ボディケア		×		×		
	26		27		28		29		30		31			
9:30~11:30			×	×		福祉講座								
12:00~14:00		×	×	×	×									
14:30~16:30				ミニ ボディケア		×							講演会	

※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います。

※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。