



稲毛いきいきだより

”仲間作り”と”介護予防”で、シニアの元気を応援します!!

令和6年 **7月号** ご自由にお持ちください。

当プラザは、市内在住60歳以上の方がご利用できる施設です。



体験会

同好会(指で描くパステル画)体験会

- 日時 7月15日(月) 10:00~11:00
- 定員 先着10人
- 対象 市内在住60歳以上の方
- 申込 **6月26日(水)9:30**から窓口・電話・FAXにて受付



講演会

スマホの基本とLINE体験

- 日時 7月29日(月) 13:30~15:30
- 定員 先着20人
- 対象 市内在住60歳以上の方
- 申込 **7/1(月)9:30**から電話・窓口・FAX



*スマホの**使い方**や**LINE**に困っている方ぜひ、参加してください!!

口腔ケアについて ~若さの秘訣はお口から~

- 日時 7月19日(金) 10:00~12:00
- 定員 先着20人
- 対象 市内在住60歳以上の方
- 申込 **7/1(月)9:30**から電話・窓口・FAX



造花deアレンジメント

- 日時 8月2日(金) 10:00~12:00
- 定員 先着15人
- 費用 500円
- 対象 市内在住60歳以上の方
- 申込 **7/8(月)9:30**から電話・窓口・FAX



ボランティア講座

認知症サポーター養成講座

- 日時 7月30日(火) 13:30~15:00
- 定員 先着20人
- 対象 市内在住20歳以上の方
- 申込 **7月8日(月)9:30**から電話・窓口・FAX



主な内容

- ★認知症の症状・予防
- ★認知症の人と接するときの対応
- ★認知症サポーターとは



健康測定

健康フェスティバル

- 日時 7月31日(水)【午前の部】9:30~11:30【午後の部】13:30~15:30
- 定員 先着順 *申込時に右の①~⑧の希望時間を選択
- 対象 市内在住60歳以上の方
- 申込 **7月1日(月)9:30**から**電話のみ**
7月2日(火)以降は電話・窓口・FAX

<測定内容>

- 血管年齢・骨密度
- 体組成・健康相談



	時間	定員
①	9:30~10:00	15人
②	10:00~10:30	15人
③	10:30~11:00	15人
④	11:00~11:30	15人
⑤	13:30~14:00	15人
⑥	14:00~14:30	15人
⑦	14:30~15:00	15人
⑧	15:00~15:30	15人

体験会

生きがい活動支援通所体験会

- 日時 7月29日(月) 10:00~10:45
- 定員 先着8人
- 対象 市内在住65歳以上の方
- 申込 **7月2日(火)~25日(木)** 窓口・電話・FAX

8月に後期コース(10月~3月)を募集します!
初めての方、体験会で生きがい活動をぜひ体験
してみてください!!



※生きがい活動支援通所

介護認定を受けていない方を対象に体操や脳トレなどを仲間と一緒に楽しむ「介護予防教室」です。



～ご案内～



7月 個人開放日

	麻雀		囲碁将棋	カラオケ		麻雀		囲碁将棋	カラオケ
	作業室	研修室	教養娯楽室	集会室		作業室	研修室	教養娯楽室	集会室
7/1(月)	×	×	○14:30～	×	7/17(水)	○13:00～	×	○13:00～	×
7/2(火)	×	○13:00～	×	○14:30～	7/18(木)	×	×	○14:30～	×
7/3(水)	○13:00～	○13:00～	○13:00～	×	7/19(金)	○13:00～	○14:30～	○13:00～	○14:30～
7/4(木)	×	×	○14:30～	×	7/20(土)	○14:30～	○14:30～	○13:00～	○13:00～
7/5(金)	○13:00～	○13:00～	○13:00～	○14:30～	7/21(日)	○14:30～	○13:00～	○13:00～	○12:00～
7/6(土)	○13:00～	○14:30～	○13:00～	○13:00～	7/22(月)	×	○14:30～	×	×
7/7(日)	○14:30～	○13:00～	○13:00～	○12:00～	7/23(火)	○14:30～	×	○13:00～	○14:30～
7/8(月)	○14:30～	○14:30～	×	×	7/24(水)	×	×	×	○14:30～
7/9(火)	○14:30～	×	○13:00～	○14:30～	7/25(木)	○13:00～	×	○13:00～	○14:30～
7/10(水)	×	×	×	×	7/26(金)	×	×	×	○14:30～
7/11(木)	○14:30～	○14:30～	○13:00～	○14:30～	7/27(土)	○14:30～	○14:30～	×	○13:00～
7/12(金)	×	×	×	○14:30～	7/28(日)	○13:00～	○14:30～	○13:00～	×
7/13(土)	○14:30～	○13:00～	×	○13:00～	7/29(月)	○13:00～	×	○13:00～	○9:00～
7/14(日)	○13:00～	○14:30～	○13:00～	○12:00～	7/30(火)	○13:00～	×	○13:00～	×
7/15(月)	×	×	○14:30～	×	7/31(水)	○13:00～	○13:00～	○13:00～	×
7/16(火)	×	○13:00～	×	○14:30～					

8月の開催・募集事業の予告！！ *詳細は来月号にて

◆スマホ教室「スマホの基本とキャッシュレス」(8/22)

◆短期講座「発酵食品について」(8/27)

*今年の『粋いき祭り』は 9月28日(土) に実施予定です。詳細は9月号でお知らせします。



◆健康相談のご案内◆

健康や身体、こころの不安等について、当プラザ看護師が相談をお受けします。

■時間 10:00-12:00 13:00-16:00
※上記のうちで約30分程度

■申込 電話または窓口で受付

■費用 無料

※なるべく事前に予約していただきますとお待たせしません。

※相談をお受けできない日時もございます。

◎こんな方にお勧めです。

- ・心配な事を話したい方
- ・不安な事を聞いてほしい方

◎利用された方の声です。

- ・心配な事を話せて安心しました。
- ・看護師に相談出来るのはありがたい。



発行

社会福祉法人 千葉市社会福祉協議会 施設福祉部門

千葉市稲毛いきいきプラザ

〒263-0031 千葉市稲毛区稲毛東6-19-1 ※右図参照

電話 043-242-8005 FAX 043-242-8175

■開館時間 9:00～17:15(土日・祝も開館)

■休館日 年中無休(年末年始を除く)

■交通案内 JR稲毛駅から徒歩12分 京成稲毛駅から徒歩10分

■ご来館の際、ご本人確認(運転免許証など)をご提示ください。

社協が運営しています!!



ホームページはこちら!!

稲毛区版X(旧ツイッター)

右のQRコードを
スマホ等で読み
取って下さい。

