



真砂いきいき センターだより

8月号

※当センターは、市内在住で**60歳以上**の方が利用できる千葉市の施設です。



利用者交流会 「まさご歌声集會」

8/18 (日) 13:30~15:00

参加無料 定員:45名

申込開始:8/1(木)~先着順

大人気の歌声集會、8月も開催いたします♪
渡邊 聰先生のギター演奏に合わせて、懐かしの歌を楽しく歌います。
歌詞をモニターに表示するので、歌詞を覚えていなくても安心です!
元気の歌声で夏の暑さを吹き飛ばしましょう♪

後期生きがい活動および ボディケアスクール募集開始

参加希望の方は8/10(土)までに往復はがきでのお申込をお願いします。活動の詳しい内容や申し込み方法につきましては、ちば市政だより8月号をご確認いただくか、受付までお願いします。

後期生きがい活動 10月~3月 各曜日15名

火~土の内特定の曜日で週1回(祝日除く)
10:00~15:00(午前・午後のみ)の半日利用も可
対象:市内在住の65歳以上の方、

介護保険の認定を受けていない方

ボディケアスクール 10月コース・1月コース 各18名

毎週月曜日(第5週を除く)9:30~11:30

対象:市内在住の60歳以上の方で、
職員の補助なく参加可能な方。



健康測定会 健康フェスティバルin真砂

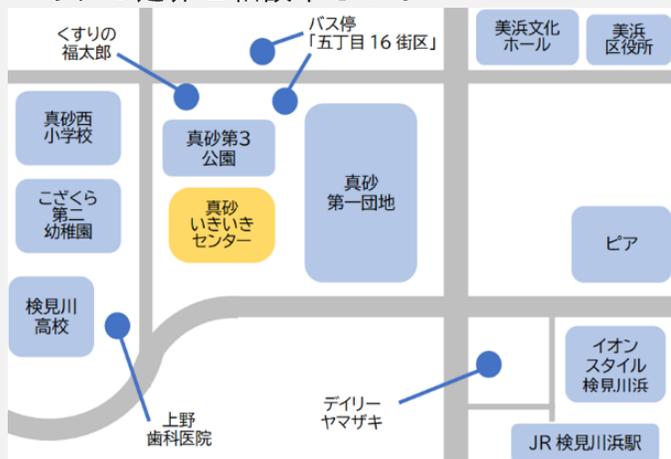
8/30 (金) 10:30~12:00

13:30~15:00

参加無料 定員:60名

申込開始:8/1(木)~先着順

今年の健康フェスティバルは夏開催!
今年は血管年齢測定・骨密度測定のほか、歩行にも重要な足の指先の力を測る「足趾力測定」を実施致します。
また、今回はあんしんケアセンター真砂・磯辺の職員による生活相談も行います。ご自身の事やご家族の事、ご友人の事など...気になる事があれば是非ご相談下さい!



講演会「触って覚える! スマホの基本と防災」



8/29 (木) 13:30~15:30

参加無料 定員:18名

応募者多数の場合8/20に抽選

※申込期間:8/1(木)~8/19(月)

スマートフォンの基本的な使い方を学ぶと同時に、防災アプリの体験や災害情報の収集についてなどもしもの備えに役立つ講演会です。
講師がスマホを持ち込むので、スマホをまだ持っていない方にもおススメです!

講座・講演会等の参加申込は直接受付または電話・FAXにてお願いいたします。FAXでのお申込みの際には必ず「住所・年齢・性別・電話番号」をご記載下さい。先着順の記載がないものに関しましては、抽選となる場合がございます。詳しくはお問合せください。

公式X
(旧Twitter)
こちらから



千葉市真砂いきいきセンター

〒261-0011 千葉市美浜区真砂4-4-10
(こざくら第二幼稚園向い)

TEL:278-9641 FAX:278-9642

駐車場のご案内が出来ませんので、お越しの際は公共交通機関等をご利用下さい。