



千葉市緑いきいきプラザだより



☎266-0005 千葉市緑区誉田町 2-15-65

電話 **043-300-1313** Fax **043-300-1511**

募集

市内に住所を有する60歳以上の方にご利用いただけます。申込は窓口・電話・FAX で受付。

- 「地震体験(起震車)」は、8月21日(水)9:30から受付開始。先着順。【年齢不問】
- eスポーツ体験会は、7/25(木)9:30から受付開始。先着順。
- 「茶道体験」は発注の都合上、8月5日(月)までの受付となります。先着順。【年齢不問】

● 防災避難訓練 & 地震体験のお知らせ ●

下記の日程で全館防災避難訓練を行います。当日はプラザ利用中の皆様にご協力をお願いします。また、起震車による地震体験を行います。体験は【年齢不問】となりますので、ご近所、ご家族様も一緒に是非お申込ください。



日時：令和6年8月21日(水) 13:30~15:00 (体験は14:00~)

定員：地震体験 50名 (当日受付・先着順)

※雨天中止

持物：飲み物、帽子、日傘等 起震車体験は屋外になります。暑熱対策をお願いします。

楽しく・笑って介護予防&脳トレ!



『eスポーツ体験会』

日時：①8/12(月)・26日(月)

13:30~15:00

定員：各12名 (1日だけ参加 OK)

内容：操作方法を覚えて、各種スポーツゲームを楽しみましょう!

●申込方法は、「募集」欄を確認ください。



誰でも一緒に楽しめる多世代交流支援

日本の伝統 抹茶を一服。

「茶道体験」



日時：令和6年8月24日(土)

10時、11時、13時、14時から各席40分程度(イス席)

定員：各15名 参加費：300円

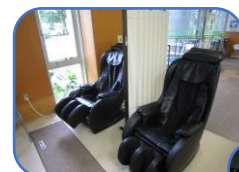
●申込方法は、「募集」欄を確認ください。



たまにはプラザで運動&マッサージ

緑いきいきプラザでは、いつでもご利用いただけるマッサージ機やヘルストロン、エアロバイク等をご用意しています。

対象：市内に住所を有する60歳以上の方
料金：無料(市外の方は100円)



全身ほぐし
リラックス

微電流で
血行促進



