



千葉市社会福祉協議会 美浜いきいきプラザ



いきいきだより10月号



令和6年
9月25日発行
(毎月25日発行)

千葉市美浜いきいきプラザは、介護予防と生きがい、仲間作りを通して高齢者が住み慣れた地域で自分らしく、いきいきと生活できるように支援する施設です。

ホームページ <https://chiba-shakyo.jp/mihama-p/>

ホームページ | x (旧Twitter)



短期講座

大募集♪

お気軽に始めやすい**全4回の短期講座**です♪

- ・対象：千葉市在住の60歳以上の方
- ・受講料：無料（※別途、教材費がかかる場合があります）

「てつまるの楽しみながら強くなる！脳トレ講座」

【日程】11/3、17

12/8、22の各日曜日

【時間】14:30～16:30

【定員】20名



「京都学講座」

【日程】11/1、8、22、29の各金曜日

【時間】9:30～11:30

【定員】25名

※教材費 各回30円(コピー代)



欠員募集中

「秋の寄せ植え講座」

【日程】下記①～④各回土曜日(AM,PMどちらか)

【AM】9:30～11:30 【PM】12:00～14:00

①10月12日 ②10月26日

③11月2日 ④11月16日

※参加費 2000円程度(材料費1作品につき)



「スマホ教室」

Android
限定

～さわって覚える

スマホの基本とキャッシュレスの体験～

【日程】10/15(火)

【時間】13:00～15:00

【定員】20名

※スマホは持参不要です



お問合せ
は
こちら♪

受付期間：10月1日(火) 9:30～

10日(木) 17:15まで

申込方法：美浜いきいきプラザ1階事務室に直接ご来館、
または電話・FAX(氏名、住所、年齢、電話番号を明記)

対象：市内に住所を有する60歳以上の方

eスポーツ倶楽部、盛り上がってます！



今年6月から始まったeスポーツ倶楽部。テレビゲームでスポーツやパズル、リズムゲームを楽しんでいます。「久しぶりに大きな声をだした！」「みんなで盛り上がって楽しい」というお声をいただき、常連さんも増えています。室内で快適に、頭も体も動かすことができます。みなさんもぜひ一緒にやってみませんか？

eスポーツ倶楽部について

- 対象 千葉市在住の60歳以上の方
 - 場所 美浜いきいきプラザ内
 - 参加費&持ち物 無し
 - 初心者の方、大歓迎！！
- 健康ゲーム指導士の資格を持つ職員が1からサポートします。



予約不要♪
入退場自由
です♪

🎃 10月のeスポーツ倶楽部予定 🎃

- ①4日(金) 13:30～16:00
 - ②10日(木)
 - ③22日(火)
 - ④24日(木)
 - ⑤29日(火) 終日ボウリング大会
- } 9:30～12:00

お気軽に
お越し
ください

10月集会室開放予定表

◆予定は変更になることがありますので、予めご了承下さい。
◆教養娯楽室(囲碁・将棋)は、終日開放しています。

5日	土	9:00～11:30	12日	土	12:00～17:15	26日	土	12:00～17:15
		14:30～17:15	13日	日	12:00～17:15	27日	日	12:00～17:15
6日	日	9:00～17:15	20日	日	9:00～17:15	30日	水	9:00～17:15
7日	月	12:00～17:15	21日	月	12:00～17:15	31日	木	9:00～14:00
9日	水	12:00～14:00	23日	水	12:00～14:00			
11日	金	9:00～17:15	25日	金	9:00～17:15			

千葉市美浜いきいきプラザ

千葉市美浜区高洲3-5-6

電話 043-270-1800

開館時間 9:00～17:15

FAX 043-270-1811

※一般駐車場はありません。お車でお越しの際は、近隣有料駐車場をご利用ください。