



「生きがい活動」は  
千葉市内いきいきプラ  
ザで行われている介  
護予防の事業です。

出張

「生きがい活動」

先着15名

体験会

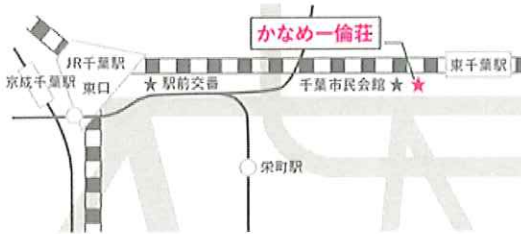
12/21

1/18

【土】

10:00-12:00

in かなめ一倫荘 (中央区要町1-2)



- ・どちらか一日でも両日でも参加OK!!
- ・この体験会は、ご家族方、シニアリーダーの方、民生委員の方も参加OK!! (通常65歳以上で介護認定を受けていない方が対象)



【内容】

- 10:00～ 体操
- 10:45～ レクゲーム
- 11:30～ 脳トレ
- 12:00 終了
- ※10:00までに血压測定を行います。
- 1月18日は看護師がいます。
- 途中休憩が入ります。

【持ち物】

- 飲み物・動きやすい靴と服装
- マスク(運動時以外着用をお願いします)

参加希望の方は、中央いきいきプラザへ電話またはこの用紙をFAXして下さい。

【お問い合わせ】

千葉市社会福祉協議会  
千葉市中央いきいきプラザ  
中央区松ヶ丘町257-1  
電話 209-9000  
FAX 209-9006

※ キリトリ ※

【出張生きがい活動体験会】参加申込書

申込日： 月 日

参加希望日	希望日に○してください。 12月21日(土) ・ 1月18日(土)
氏名	(ふりがな)
年齢	
電話番号	※当日連絡ができる番号





「生きがい活動」は  
千葉市内いきいきプラ  
ザで行われている介  
護予防の事業です。

出張

「生きがい活動」

先着10名

体験会

1/10

1/24

【金】

10:00-12:00

場所 あんしんケアセンター浜野  
(住所:中央区浜野町891 ☎305-0102)



- ・どちらか一日でも両日でも参加OK!!
- ・この体験会は、ご家族方、シニアリーダーの方、民生委員の方も参加OK!! (通常65歳以上で介護認定を受けていない方が対象)



【内容】

- 10:00～ 体操
- 10:45～ レクゲーム
- 11:30～ 脳トレ
- 12:00 終了
- ※10:00までに血圧測定を行います。
- 1月24日は看護師がいます。
- 途中休憩が入ります。

【持ち物】

飲み物・動きやすい靴と服装

参加希望の方は、中央いきいきプラザへ電話またはこの用紙をFAXして下さい。

【お問い合わせ】

千葉市社会福祉協議会  
千葉市中央いきいきプラザ  
中央区松ヶ丘町257-1  
電話 209-9000  
FAX 209-9006

※ キリトリ ※

【出張生きがい活動体験会】参加申込書 申込日： 月 日

参加希望日	希望日に○してください。 1月10日(金) ・ 1月24日(金)
氏名	(ふりがな)
年齢	
電話番号	※当日連絡ができる番号





「生きがい活動」は  
千葉市内いきいきプラ  
ザで行われている介  
護予防の事業です。

# 出張

# 「生きがい活動」

## 先着15名

# 体験会

## 1/11

## 1/25

【土】

### 10:00-12:00

**場所** 古峽ヒルズ (住所:中央区千葉寺町307)



- ・どちらか一日でも両日でも参加OK!!
- ・この体験会は、ご家族方、シニアリーダーの方、民生委員の方も参加OK!! (通常65歳以上で介護認定を受けていない方が対象)

### 【内容】

- 10:00～ 体操
  - 10:45～ レクゲーム
  - 11:30～ 脳トレ
  - 12:00 終了
- ※10:00までに血圧測定を行います。  
1月25日は看護師がいます。  
途中休憩が入ります。

### 【持ち物】

飲み物・動きやすい靴と服装

参加希望の方は、中央いきいきプラザへ  
電話またはこの用紙をFAXして下さい。

### 【お問い合わせ】

千葉市社会福祉協議会  
**千葉市中央いきいきプラザ**  
 中央区松ヶ丘町257-1  
**電話 209-9000**  
**FAX 209-9006**

※公共交通機関でのご参加にご協力ください。

※ キリトリ ※

【出張生きがい活動体験会(古峽ヒルズ)】 参加申込書 申込日： 月 日

参加希望日	希望日に○してください。 <b>1月11日(土) ・ 1月25日(土)</b>
氏名	(ふりがな)
年齢	
電話番号	※当日連絡ができる番号