



# 真砂いきいき センターだより

## 2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。



### ポイントケアルーム オンライン中継開催

2/7(金)・2/12(水)・2/20(木)  
2/26(水)・3/11(火)・3/25(火)  
各日 15:45~16:30  
参加無料 自由参加 予約不要

各いきいきプラザで開催される理学療法士による体操をオンラインでリアルタイム中継し、映像による体操指導を行います。

### 世代間交流 スマホの基本と キャッシュレス体験



2/25(火) 13:30~15:30  
参加無料 年齢制限なし  
申込:2/1(土)~ 先着順

スマホの基本操作と共に、キャッシュレス決済アプリについて実際に体験しながら学びます。講座で使用するスマホは講師が持参しますので、まだスマホを持っていない方でもご参加頂けます。年齢制限はありませんので親子での参加などもおすすめです。

## 生きがい活動 & ボディケアスクール 募集開始

### 生きがい活動支援事業 前期 (4~9月)

毎週火~土曜日より、いずれかの曜日を選択(祝日を除く)  
定員:各曜日15名 10:00~15:00(内、お昼休憩1時間)  
※AMのみ/PMのみ利用も可能です。  
対象:千葉市内在住の65歳以上、介護認定を受けていない方

毎月発行の生きがい便りにて活動内容を発信中です♪

### ボディケアスクール 4月コース・7月コース (3ヶ月)

毎週月曜日(月4回)、計12回 9:30~11:30 定員:18人  
対象:千葉市内在住の60歳以上の方、職員の補助なく活動に参加可能な方

申込締切:2/10(月)消印有効 応募者多数の場合は2/20(木)抽選、2/26(水)当落発送。  
往復ハガキまたは千葉市社会福祉協議会HPより申込可。  
詳しい申込方法についてはHPまたは受付横掲示板、市政だより2月号をご確認下さい。



### 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  
電話:278-9641 FAX:278-9642  
お越しの際は公共交通機関等をご利用下さい。

公式X  
(旧Twitter)

