

令和6年度

さつきが丘いきいきセンター便り

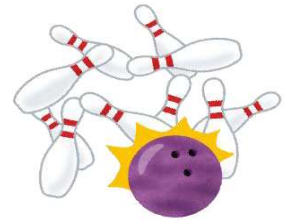


春の足音が近くに聞こえるようになり、寒い中にも温もりを感じる頃となりました。いきいきセンターにつきましても皆さまからの温かいご支援とご協力をいただき年度末を迎えることができました。ありがとうございました。

【3月の予定】

健康テレビゲーム短期講座(全4回コース)

頭を使いながら指先を動かす健康テレビゲームは
認知症予防にもいい！身体も動かして皆さん楽しみましょう
初心者向けの短期講座ですので、一緒に始めてみませんか？



日時:3月11日(火) 14日(金) 25日(火) 28日(金) 9:30~

定員:先着5人

申込期間 3月3日(月)9:30より受付開始。

<レーシングゲーム>アセットコルサ体験会

実際にハンドルを握って、アクセルを踏んで、車を操作するテレビゲームです

日時:3月21日(金) 9:30~11:00

定員:先着10人

申込期間 2月21日(金)9:30より受付開始。(先着順)

【令和6年度募集関係】

- ① シニアリーダー体操 4~9月(6ヶ月間)
【実施日】第1・3火曜日10:00~11:00
【募集】3/5(水)9:30~3月9日(日) ※抽選制
- ② ミニ・ボディケアスクール 4~6月(3ヶ月間) ※DVDによる自主体操
【実施日】①第2・4水曜日13:00~14:00 ②第2・4木曜日13:00~14:00
【募集】BCS4-6月コースに不参加の方→3/14(金)9:30~3/18(火) ※抽選制
- ③ 土日100歳体操 4~9月(6ヶ月間) ※DVDによる自主体操
【実施日】第1~4週の①土曜9:30~10:30 ②土曜10:45~11:45
③日曜9:30~10:30
【募集】3/20(木)9:30~3/24(月) ※抽選制
- ④ さつきが丘いきいき体操 4~9月(6ヶ月間)
【実施日】第1・3木曜10:00~11:00
【募集】3/26(水)9:30~3/30(日) ※抽選制

◆ 高齢者福祉講座(前期コース)

※申込は往復ハガキにて「花見川いきいきプラザ」宛て。詳細は**市政だより3月号**をご確認下さい。

講座名	曜日	時間	内 容
教材で学ぶはじめての麻雀	2・4月	9:30～	教材でたのしく遊びながら麻雀の基本を習得できます。また、参加者間の交流や楽しいことへ挑戦することで毎日をいきいきと過ごすことができます。
いきいき脳・からだ活性化講座	2・4水	14:30～	脳(脳トレ)とからだ(ストレッチ・筋トレ)を行うことで、いつまでもイキイキと自分らしい生活を送りましょう。
色えんぴつ画	2・4金	12:00～	デッサンの基礎を学び、楽しみながら画力の向上を目指します。

【3月一般開放(囲碁・将棋等)のご案内】

日付	曜日	囲碁・将棋			健康麻雀			日付	曜日	囲碁・将棋			健康麻雀		
		9:30	12:00	14:30	9:30	12:00	14:30			9:30	12:00	14:30	9:30	12:00	14:30
1	土	×	○	○	×	○	○	16	日	○	○	○	○	○	○
2	日	×	○	○	○	○	○	17	月	×	○	○	×	×	×
3	月	×	○	○	×	×	×	18	火	×	○	○	×	○	○
4	火	×	○	○	×	○	○	19	水	×	○	○	×	×	×
5	水	×	○	○	×	×	×	20	木	×	○	○	○	○	~15:00
6	木	×	×	○	×	×	×	21	金	×	○	○	×	×	×
7	金	×	○	○	○	×	×	22	土	×	○	○	×	×	×
8	土	×	○	○	×	○	○	23	日	×	○	○	○	○	○
9	日	×	○	○	○	○	○	24	月	×	○	○	×	×	×
10	月	×	○	○	×	×	×	25	火	×	○	○	×	×	×
11	火	×	○	○	○	○	○	26	水	×	×	×	○	○	○
12	水	×	×	×	○	○	○	27	木	×	○	○	×	×	×
13	木	×	○	○	×	×	×	28	金	×	○	○	×	×	×
14	金	×	○	○	×	×	×	29	土	○	○	○	○	○	○
15	土	×	○	○	×	×	×	30	日	○	○	○	○	○	○
								31	月	×	○	○	○	○	○

※状況により変更が生じる可能性があります。ご了承ください。

千葉県さつきが丘いきいきセンター		電話	043-250-4651
住所	花見川区さつきが丘1-32-3	FAX	043-250-4652

*当センターは、千葉県在住、60歳以上の方にご利用いただける施設です。

*毎回氏名・住所・生年月日の確認できるもののご提示をお願いいたします。

*市内いきいきプラザ、センターで使える「利用者カード」の発行も随時承っております。