



# 真砂いきいき センターだより

# 4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。



## 利用者交流 まさご歌声集会

### 4/29 (火・祝)

13:30~15:00

定員:45名 **参加無料**

申込受付:4/1~ **先着順**



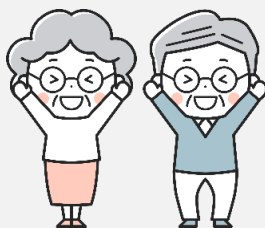
大人気の歌声集会、今年度も開催です！  
渡邊 聡先生のギターの生演奏に合わせて  
懐かしの歌を歌いましょう♪

お申込は直接受付まで、または電話・  
FAXにてお願い致します。  
FAXでのお申込みの際には、「住所・  
年齢・性別・電話番号」をご記載下さい。

## 生きがい活動 欠員再募集

介護予防を目的に、体操や脳トレ等の様々  
な内容の週1回のグループ活動を実施して  
います。

現在、火~土の各曜日グループにて若干名  
の参加者を募集中です。詳しい活動内容等  
はお問い合わせください。



公式X  
旧Twitter



## 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。

## 5~6月短期福祉講座 募集のお知らせ

### ・イス体操

講師:宮澤 真由美先生

5/11~6/22 **全4回**

第2・4日曜日 9:30~11:30

定員:20名

座った状態での体操や脳トレを行い、楽しみ  
ながら心身をほぐす体操です。



### ・パソコンの基礎と暑中見舞い作成

講師:空 道代先生(NPO法人パソコン物語)

5/9~6/27 **全4回**(要テキスト代)

第2・4金曜日 9:30~11:30

定員:14名

夏に向け、パソコン操作を学びながらお手  
製の暑中見舞いを作ります。基礎から教わ  
るので初心者でも安心！



## 短期福祉講座申込

申込:4/7 (月) ~4/21 (月)

申込多数の場合は4/22(火)に抽選

