

令和7年度

# さつきが丘いきいきセンターだより



暑さが本格的になり、夏の訪れを感じる今日この頃。クールスポットである当センターに遊びにきてはいかがでしょうか。

**【7月の予定】**※申込は、直接来館または電話、FAXにて。

## 1.血管年齢測定週間（事前申込不要）

ロビーに設置した血管年齢計で、ご自由に測定いただけます。  
指先で簡単に測定できます。期間中、何度測定しても無料です。

7月4日(金)～7月17日(木)各日9:30～16:30

## 2.短期講座「歌っていきいきヘルスケア」4回コース

音程やリズム、歌詞を読むことで脳の活性化、歌うことで  
ストレス発散、また口腔機能の維持にもつながります。

第1,3,5(火)14:30～16:30

開催日:7月15日、29日、8月5日、19日

受付:6月24日(火)9:30～7月8日(火)窓口または電話にて

※応募多数の場合は7月9日(水)抽選

## 3.世代間交流「マジックショーと手品のタネづくり体験」

7月20日(日)10:00～11:30

定員:60歳以上 10名 小学生 10名

受付:7月1日(火)9:30～先着順

## 4.弦楽三重奏 サマーコンサート

7月27日(日)13:30～14:30

バイオリン、チェロ、ヴィオラの弦楽三重奏。なかなか聴けない生演奏。  
先着順ですのでお早めにお申し込みください。

受付:7月13日(日)～先着順。定員50名。対象:60歳以上の方とそのご家族。

## 5.講演会「シンギング・リンで癒しの音を楽しもう。」

8月1日(金)10:00～11:00

シンギング・リンとは～おりんの音と煩惱を払う音を兼ね備えた楽器です。  
バスタオルまたはヨガマットをご用意ください。

受付:7月18日(金)～先着順。定員20名。



室内履きの用意を  
お願いします。

## 【8月の予定…の予告】

### ●歌声集会

8月10日(日)13:30～15:00

今年度1回目となる歌声集会。ギターの演奏に合わせて  
懐かしい歌を楽しく歌ってストレス発散しましょう。

受付:7月27日(日)～先着順。定員50名。



## 【7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  | 火  | ×     | ○     | ○     | ×    | ○     | ○     | 16 | 水  | ×     | ×     | ×     | ×    | ○     | ○     |
| 2  | 水  | ×     | ×     | ×     | ×    | ○     | ○     | 17 | 木  | ×     | ×     | ○     | ×    | ×     | ×     |
| 3  | 木  | ×     | ×     | ○     | ×    | ×     | ×     | 18 | 金  | ×     | ○     | ○     | ○    | ×     | ×     |
| 4  | 金  | ×     | ○     | ○     | ○    | ×     | ×     | 19 | 土  | ×     | ○     | ○     | ×    | ×     | ×     |
| 5  | 土  | ×     | ○     | ○     | ×    | ×     | ×     | 20 | 日  | ×     | ○     | ○     | ×    | ○     | ○     |
| 6  | 日  | ×     | ○     | ○     | ○    | ○     | ○     | 21 | 月  | ×     | ○     | ○     | ○    | ×     | ×     |
| 7  | 月  | ×     | ○     | ○     | ×    | ×     | ×     | 22 | 火  | ×     | ○     | ○     | ×    | ×     | ×     |
| 8  | 火  | ×     | ○     | ○     | ×    | ×     | ×     | 23 | 水  | ×     | ×     | ×     | ○    | ○     | ○     |
| 9  | 水  | ×     | ×     | ×     | ○    | ○     | ○     | 24 | 木  | ×     | ○     | ○     | ×    | ×     | ×     |
| 10 | 木  | ×     | ○     | ○     | ×    | ×     | ×     | 25 | 金  | ×     | ○     | ○     | ×    | ×     | ×     |
| 11 | 金  | ×     | ○     | ○     | ×    | ×     | ×     | 26 | 土  | ×     | ○     | ○     | ×    | ×     | ×     |
| 12 | 土  | ×     | ○     | ○     | ×    | ○     | ○     | 27 | 日  | ×     | ○     | ○     | ○    | ×     | ×     |
| 13 | 日  | ×     | ○     | ○     | ○    | ○     | ○     | 28 | 月  | ×     | ○     | ○     | ×    | ×     | ×     |
| 14 | 月  | ×     | ○     | ○     | ×    | ×     | ×     | 29 | 火  | ○     | ○     | ○     | ○    | ○     | ×     |
| 15 | 火  | ×     | ○     | ○     | ×    | ×     | ×     | 30 | 水  | ○     | ○     | ○     | ○    | ○     | ○     |
|    |    |       |       |       |      |       |       | 31 | 木  | ○     | ○     | ○     | ○    | ○     | ○     |

※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、千葉市在住、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。