

花見川いきいきプラザだより

花見川区三角町750 電話 043-216-0080

2025
7月



利用者交流 歌声集会 in Hanamigawa

なべ先生のギターの伴奏で懐かしの歌を思う存分歌いましょう
楽しいでー！！皆、待ってるでー！！

- 日時 **7/20 (日)** 13:00～14:30
- 対象 市内在住60歳以上の方
- 定員 60名
- 申込受付中 先着順となります



世代間交流 夏休み陶芸教室

同好会の方がやさしく丁寧に作り方を教えてくれるので安心してご参加ください
お皿やマグカップなど、好きな物を作ろう

- 日時 **7/19 (土) 8/9 (土)**
10:00～12:00 **両日参加できる方**
- 対象 市内在住小学生以上の方
- 定員 24名
- 材料費 600円
- 申込受付中 先着順となります



地域多世代交流 Autumn Festival in Hanamigawa

日時 **9/20 (土)** 9:30～14:30

～今年は秋祭りで盛り上がりましょう～

のど自慢大会、DISCO、ワークショップ（ステンドグラス、盆栽等）

体験コーナー（福祉ネイル、耳つぼマッサージ、ヘッドスパ、健康テレビゲーム）

紙芝居、駄菓子に射的、軽食などを用意しております。

多世代で楽しめるものが盛りだくさん！

皆さん、乞うご期待！！



X(旧ツイッター)



千葉市社協HP



パンフレット



千葉市花見川いきいきプラザは、千葉市
社会福祉協議会が運営しております。

健康相談室だより

熱中症予防に心がけて暑い夏を乗り切りましょう

暑さを避ける

- 扇風機やエアコンで温度をこまめに調節
- 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用
- 外出時には日傘や帽子を着用
- 天気の良い日はひかげの利用、こまめな休息
- 吸湿性・速乾性のある通気性のある衣類を着用
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで身体を冷やす



熱中症アラート 発表時には外出をなるべく控えましょう!

こまめに水分を補給する

- 室内でも、外出先でものどの渇きを感じなくてもこまめに水分を補給
 - 大量の汗をかいたときは塩分も忘れずに
- 持病のある方は水分 塩分の摂取量はかかりつけ医の指示に従いましょう



目安は1日
あたり
1.2ℓ

7月 集会室・教養娯楽室1 利用案内(9:00~17:15)

(カラオケ) (囲碁・将棋等)

※教養娯楽室2は終日開放

※終日開放の場合、カラオケは12:00~12:30までお休み

		集会室			教養娯楽室1					集会室			教養娯楽室1		
		9:00~ 11:30	12:00~ 14:00	14:30~ 16:30	9:00~ 11:30	12:00~ 14:00	14:30~ 16:30			9:00~ 11:30	12:00~ 14:00	14:30~ 16:30	9:00~ 11:30	12:00~ 14:00	14:30~ 16:30
1	火	×	×	×	×	×	×	17	木	×	○	○	×	○	○
2	水	×	○	×	○	○	○	18	金	○	○	○	×	×	○
3	木	×	○	○	×	○	○	19	土	○	○	○	○	○	○
4	金	○	○	○	×	×	○	20	日	○	○	○	×	×	○
5	土	×	○	○	○	○	○	21	月	○	○	○	○	○	○
6	日	○	○	○	×	×	○	22	火	×	×	×	×	×	×
7	月	○	○	○	○	○	○	23	水	○	○	○	○	○	○
8	火	×	×	×	×	×	×	24	木	○	×	○	×	○	○
9	水	×	○	○	○	○	○	25	金	×	○	○	×	×	○
10	木	○	×	○	×	○	○	26	土	○	○	○	×	○	○
11	金	×	○	○	×	×	○	27	日	○	○	○	×	×	○
12	土	×	○	○	×	○	○	28	月	○	○	○	×	○	×
13	日	○	○	○	×	×	○	29	火	○	○	○	×	×	×
14	月	○	○	○	×	○	×	30	水	○	○	○	○	○	○
15	火	×	×	×	×	×	×	31	木	○	○	○	○	○	○
16	水	×	○	○	○	○	×								

※変更の場合があります。館内掲示、エックス（旧Twitter）にてお知らせします。