

令和7年度

さつきが丘いきいきセンターだより



今年も暑くなりました。いきいきセンターはクールスポットとなっております。

気分転換にどうぞお立ち寄りください。

【8月の予定】※申込は、直接来館または電話、FAXにて。

1. 講演会「第1回 歌声集会」

8月10日(日)13:30～15:00

内容:今年度初めての歌声集会。ギターに合わせて懐かしい歌を楽しく歌ってストレスを発散しましょう。

定員:50名

申込:7月27日(日)9:30～ 先着順



2. 体操講演会「転倒予防」

8月29日(金)10:00～11:30

内容:いきいきプラザ・センターにてボディーケアスクールを担当している理学療法士原田氏による体操です。

定員:22名

申込:8月8日(金)9:30～ 先着順



● ポイントケアルーム

内容:理学療法士による短期体操教室です。

いきいきプラザにて実施している内容をライブ配信します。

定員、申込等は特に設けません。ご自由にご参加ください。

8月14日(木)15:45～16:30 「腰痛、股関節編」

8月26日(火)15:45～16:30 「筋トレ編」

【9月の予定…の予告】

●各種体操のご案内(9月の募集です。申込の早いもののみ詳しくご紹介します)

○シニアリーダー体操

内容:シニアリーダーによる座位中心の健康体操です。

日時:第1・3(火)10:00～11:00(初回10月7日)

申込:9月5日(金)9:30～9月9日(火)

○ミニBCS 日時:第2・4(水)または第2・4(木)13:00～14:00

○土日100歳体操 日時:(土)9:30～10:45～(日)9:30～

○いきいき体操 日時:第1・3(木)10:00～11:00

◆ 高齢者福祉講座(後期コース)

※申込は往復はがきにて「花見川いきいきプラザ」宛て。詳細は**市政だより9月号**をご確認ください。

講座名	曜日	時間	内容
教材で学ぶ はじめての麻雀	第2.4月	12:00～	カードで楽しく遊びながら麻雀の基本を習得できます。
色えんぴつ画	第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。

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

※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。

