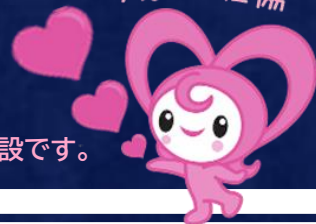


若葉いきいきだより

Wakaba Ikiki News. 2025.8月号 ちばし 社協

介護予防、生きがいづくり、仲間づくりを通して、
高齢者のいきいきとした生活と健康を応援します!!

若葉いきいきプラザは、60歳以上の方がご利用いただける千葉市の施設です。



演奏会 Live Concert

- ・吹奏楽演奏会(千城台高校吹奏楽部)
- ・和太鼓演奏会(和太鼓道 大塚)



ハーティーちゃん

写真撮影会!一緒に写真を撮ろう



福祉マルシェ Welfare Marché

- ・オリーブの樹(アイスクリーム・クッキー等の販売)
- ・桜が丘晴山苑(羊毛フェルトマスコット等の販売)



THE-えんじ

ヨーヨー釣り・スーパーボールすくい・輪投げ



わかば夏フェス

8/31(日) 10:00~15:00



バルーンアート

「バルーン工房J&B」による実演販売!



- ・どなたでも来館OK(年齢制限なし)
- ・駐車場完備、コミュニティバスあり。

みんな遊びにきてね♪



スタンプラリー

スタンプを集めてお菓子をゲット!



イベント Events

- ・モルック体験 ・脳年齢測定
- ・オリジナルうちわ作り など



2025わかば夏フェス特別イベント① 千葉県立千城台高等学校 吹奏楽部演奏会

募集定員
60名

千城台高校吹奏楽部の皆さんの素敵な演奏をお楽しみ下さい♪

日時 8月31日(日)
10:30~11:00

申込 8月1日(金)~受付開始
予約なしでも当日空きがあれば可。

曲目 勇気100%、残酷な天使のテゼ 等



2025わかば夏フェス特別イベント② 和太鼓演奏会

募集定員
60名

千葉市若葉区を拠点に活動する「和太鼓道 大塚」の皆さんによる演奏会です。
幼児から大人まで、幅広い年齢層のメンバーによる演奏をお楽しみ下さい

日時 8月31日(日)
13:30~14:00

出演 和太鼓道 大塚
申込 8月1日(金)~受付開始
予約なしでも当日空きがあれば可。



笑う門には福来る!真夏の爆笑タイム♪ 若葉いきいき落語会

募集定員
50名

毎年恒例!今年は5名のアマチュア落語家による落語をお届けします。
暑い夏、たくさん笑って暑さを吹き飛ばしましょう!

日時 8月22日(金)
13:30~15:30

出演 市内在住で60歳以上の方
申込 8月1日(金)~受付開始
協力 NPO法人フォーエヴァー



専門職が教える!知っておきたい健康講座① 認知症予防講座

募集定員
24名

総泉病院の専門職が「認知症予防」について分かりやすく解説します。
認知症のことを正しく学び、予防に活かしましょう!

日時 9月4日(木)
13:00~14:00
対象 市内在住で60歳以上の方
申込 8月1日(金)~受付開始
協力 総泉病院



懐かしのあの歌を、青春の思い出と共に! わかば歌声サロン

募集定員
60名

懐かしの昭和歌謡や唱歌、フォークソングなど青春の歌を皆さんと一緒に歌いましょう!全曲、講師のギター生伴奏でお届けします。

日時 9月7日(日)
13:30~15:00

対象 市内在住で60歳以上の方
申込 8月1日(金)~受付開始
講師 渡邊 聡 先生



専門職が教える!知っておきたい健康講座② 嚥下(えんげ)体操

募集定員
24名

総泉病院の専門職が「嚥下(えんげ)体操」について分かりやすく解説します。
嚥下のことを正しく学び、健康に活かしましょう!

日時 9月11日(木)
13:00~14:00
対象 市内在住で60歳以上の方
申込 8月1日(金)~受付開始
協力 総泉病院





8月 一般開放予定日

集会室（カラオケができる日）

教養娯楽室

	日	月	火	水	木	金	土
						1	2
9:00~11:30	予定は変更になる場合がありますので、ご了承下さい。					×	×
12:00~14:00						○	×
14:30~17:15						○	×
	3	4	5	6	7	8	9
9:00~11:30	×	×	×	×	×	○	×
12:00~14:00	○	○	○	×	○	○	○
14:30~17:15	○	×	○	×	○	○	○
	10	11	12	13	14	15	16
9:00~11:30	×	○	○	×	×	○	○
12:00~14:00	×	×	○	×	×	○	×
14:30~17:15	○	○	○	×	○	○	○
	17	18	19	20	21	22	23
9:00~11:30	○	×	×	×	×	×	×
12:00~14:00	○	○	○	×	×	×	○
14:30~17:15	○	○	○	×	×	×	×
	24	25	26	27	28	29	30
9:00~11:30	×	○	○	×	×	×	×
12:00~14:00	×	×	○	×	×	○	×
14:30~17:15	○	○	○	×	○	○	×
	31						
9:00~11:30	×	 8/31(日)は、わかば夏フェス!! 吹奏楽演奏会、和太鼓演奏会、福祉マルシェ、縁日、スタンブラリー など、イベント盛りだくさん♪ぜひ遊びにきてね！					
12:00~14:00	×						
14:30~17:15	×						

8月3日(日)	9:00~12:00	×使用不可
8月17日(日)		
8月30日(土)	終日	×使用不可
8月31日(日)		

あんしんケアセンター千城台
出張相談 毎月開催中!!

8月は、毎週火曜 10:30~11:30
8月5日・12日・19日・26日

高齢者の身近な相談窓口です。
介護・福祉・健康・医療など様々な
面からサポートします。
不安なこと、心配なことなど
お気軽にご相談下さい。



ちばシティポイント
来館&事業参加で付与あり



クールスポット
暑い時に休憩できます



理学療法士が教える運動教室!
ボディケアスクール
～後期コース参加者募集～

募集定員
12名

筋力や柔軟性、バランスの維持・向上を目指して頑張りましょう!

後期は日時・会場などが通常と異なりますので、ご注意ください!

日時 ①10~12月コース ②1~3月コース
午前→9:10~10:50 / 午後→13:10~14:50
会場 千城台コミュニティセンター
対象 市内在住60歳以上の方で、職員の介助なく参加できる方
生きがい活動とボディケアスクールの両方申込、他区重複は不可。
申込 期間:8/1(金)~12(火) 往復ハガキが電子申請で受付
詳細 館内掲示をご確認、または窓口へお問い合わせ下さい。



いきいきプラザの介護予防教室
生きがい活動支援通所
～後期コース参加者募集～

募集定員
12名

体操、脳トレ、スポーツレク等を楽しみに行い、介護予防を目指します。

後期は日時・会場などが通常と異なりますので、ご注意ください!

日時 火・水・木曜→10:00~11:50 / 金・土曜→13:10~14:50
会場 火・水曜→更科公民館 / 木曜→白井公民館
金・土曜→千城台コミュニティセンター
対象 市内在住65歳以上で、要介護・要支援認定を受けていない方。
生きがい活動とボディケアスクールの両方申込、他区重複は不可。
申込 期間:8/1(金)~8/12(火) 往復ハガキが電子申請で受付
詳細 館内掲示をご確認、または窓口へお問い合わせ下さい。



社会福祉法人 千葉市社会福祉協議会 施設福祉部門
千葉市若葉いきいきプラザ
TEL 043-228-5010
FAX 043-228-8956
〒265-0067 千葉市若葉区北谷津町333-2

■開館時間 9:00~17:15 ■休館日 12月29日~1月3日
■利用料金 市内に住所を有する方は無料・市外に住所を有する方は100円
■ご利用の際は、身分証(住所・年齢が分かるもの)を窓口でご提示下さい。



ホームページ



X
(Twitter)



アクセス

モノレール千城台駅から
いずみバスに乗車
「若葉いきいきプラザ」
下車 徒歩0分



いずみバス
時刻表

