



千葉市美浜いきいきプラザは、介護予防と生きがい、仲間作りを通して高齢者が
住み慣れた地域で自分らしく、いきいきと生活できるように支援する施設です。

ホームページ <https://chiba-shakyo.jp/mihama-p/>

ホームページ



講座・講演会のご案内

①講演会 「神秘のエネルギー 古代マヤ暦占い」

～天体観測による暦を使って占う方法
を学びます。とても珍しい占い！～

◆日程：10月22日(水)
14:30～16:30

◆定員：20人

◆持ち物：身分証・筆記用具

◆資料代：100円



②短期講座 「顔ヨガ」

～年齢に負けない若々しい顔に！
健康的な顔作りを目指します～



◆日程：10月25日・11月8日・
11月22日・12月13日(土)
12:00～14:00

◆定員：25人

◆持ち物：身分証・カメラ付き携帯
顔全体が映る手鏡

◆参加費：無料

③短期講座 「第三回京都学講座」

～大原・嵯峨野・宇治の街歩き図に
ついてのお話をします～

◆日程：11月7日・11月14日・
11月21日・11月28日(金)
14:30～16:30

◆定員：25人

◆持ち物：身分証・筆記用具

◆参加費：240円を初回に一括徴収



受付期間：10月1日(水)9:30～
※①は先着順、②③は10月10日
(金)まで。応募多数の場合抽選

申込方法：美浜いきいきプラザ
1階事務室に直接ご来館、また
は電話・FAX(氏名、住所、年齢、
電話番号を明記)申込

対 象：市内に住所を有する
60歳以上の方

千葉市美浜いきいきプラザ

千葉市美浜区高洲3-5-6 開館時間 9:00～17:15

電話 043-270-1800 FAX 043-270-1811

※一般駐車場はありません。お車でお越しの際は、近隣有料駐車場をご利用ください。

QRコード

Xで
イベント情
報等、随時
更新中です。



スマートフォン体験会 受付中！

①「今から始める！ スマートフォン体験 入門編」

～日常よく使う機能を中心に。
操作の基本を学びましょう～

- ◆日程：10/9(木)
14:30～16:30
◆定員：20人(先着順)
◆持ち物：身分証・筆記用具



②「触って覚える！ スマホの基本とキャッ シュレス」

～スマホの基本操作と合わせて、
防災時の活用方法を学びましょう～

- ◆日程：10/23(木)
14:30～16:30
◆定員：20人(先着順)
◆持ち物：身分証・筆記用具



③「触って覚える！ スマホの基本とLINEの 体験」

～LINEの便利な使い方を学んで
お友達や家族とやり取りしましょう～

- ◆日程：11/13(木)
14:30～16:30
◆定員：20人(先着順)
◆持ち物：身分証・筆記用具



①・②・③の中で希望のコースを
申込みください。

複数コースの申込も可能です

申込方法：美浜いきいきプラザ
1階事務室に直接ご来館、
または電話・FAXで申込
(氏名・年齢・住所を明記)

対象：市内に住所を有する
60歳以上の方

～高齢者福祉講座（後期）の欠員を募集します～

各講座の欠員状況および詳細は受付へお問い合わせください。

申込期間：9/25(木)～10/2(木) 17:15まで

応募多数の場合、10/6(月) 10:00公開抽選予定。



10月集会室開放予定表

- ◆予定は変更になることがありますので、予めご了承下さい。
◆教養娯楽室（囲碁・将棋）は、終日開放しています。

3日	金	14:30～17:15	9日	木	9:00～11:30	20日	月	12:00～17:15
4日	土	9:00～11:30	10日	金	9:00～14:00	24日	金	9:00～14:00
5日	日	12:00～17:15	11日	土	12:00～14:00	26日	日	12:00～17:15
6日	月	12:00～17:15	12日	日	12:00～17:15	29日	水	9:00～17:15
8日	水	12:00～14:00	19日	日	12:00～17:15	31日	金	9:00～17:15

千葉市美浜いきいきプラザ

千葉市美浜区高洲3-5-6

電話 043-270-1800

開館時間 9:00～17:15

FAX 043-270-1811

※一般駐車場はありません。お車でお越しの際は、近隣有料駐車場をご利用ください。