

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



市内に住所を有する60歳以上の方対象 申込は、窓口または電話、FAXで

短期講座 折り紙入門

抽選

日程：11月20日、12月4日・18日、1月15日(木) 9:30～11:30

定員：20人

持物：はさみ、のり、鉛筆、消しゴム、定規、ごみ袋

費用：毎回150円

申込：11月1日(土) 9:30～10日(月)



短期講座 てつまるの寒さに負けない脳トレとポカポカ体操

日程：12月1日・15日、1月5日・19日(月) 14:30～16:30

定員：25人

申込：11月1日(土) 9:30～10日(月)

抽選



短期講座 釣り師への道は一日にしてならず!基本から学ぶ釣り講座

日程：12月5日・12日・19日・26日(金) 14:30～16:30

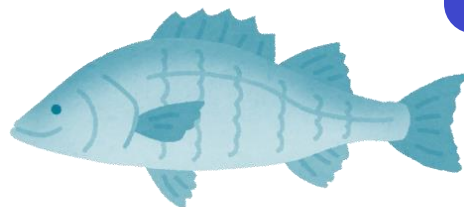
定員：20人

持物：筆記用具

費用：460円を初回に一括徴収

申込：11月1日(土) 9:30～10日(月)

抽選



理学療法士による短期体操教室 Point Care Room (ストレッチ編)

日程：①12月2日・16日(火) 11:45～12:30

②12月9日・23日(火) 15:45～16:30

定員：各26人

持物：ヨガマットまたはバスタオル

対象：ボディケアスクール10月コースを受講していない方

申込：11月3日(月) 9:30～12日(水) ①②どちらか1コース

抽選



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。



お買い物チャンネルQVCプレゼンツ

先着

Q f e s (キュー・フェス) ~ Quality Of Life ~

日程：11月14日(金) 10:30～15:30

①10:30～ ②11:30～ ③13:30～ ④14:30～ 入場事前予約

定員：各25人

費用：無料

対象：年齢制限はありません。地域の方、ご家族も一緒に

プロカメラマンの写真撮影・プレゼント
プロモデルの姿勢・歩行レッスン
人気商品のお試し・体験
※メイクは定員に達しました。

ただいま受付中！



市立稲毛高等学校・稲毛国際中等教育学校

弦楽オーケストラ クリスマスコンサート

日程：12月14日(日)

①12:45～13:45 ②14:30～15:30 2部制 事前予約

先着

定員：各60人

申込：11月1日(土) 9:30～

対象：市内に住所を有する60歳以上の方



11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。

2日	日	12:00～17:15	16日	日	12:00～17:15	28日	金	9:00～17:15
3日	月	12:00～17:15	17日	月	12:00～17:15	29日	土	9:00～14:00
9日	日	12:00～17:15	23日	日	12:00～17:15	30日	日	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 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。

