



千葉市緑いきいきプラザだより



〒266-0005 千葉市緑区誉田町 2-15-65

電話 043-300-1313 Fax 043-300-1511

募集

市内に住所を有する60歳以上の方にご利用いただけます。申込は窓口・電話・FAX で受付。

●短期講座は10月1日(水)9:30~10日まで受付。応募多数時は【抽選】

●スマホと●モルックは緑いきいきプラザで受付【先着順】

●理学療法士講演会の会場、受付は「おゆみ野ふれあい館」です。Tel293-1775【先着順】

高齢者福祉短期講座(全4回)

『季節の折紙』

10/18(土)・11/15(土)

12/13(土)・1/17(土)

9:30~11:30

定員:20名

参加費:150円/1回

持物:はさみ、のり、定規
えんぴつ、消しゴム、
ごみ袋

楽しみながら強くなる

『てつまるの脳トレ レクリエーション』

10/18(土)・10/25(土)

11/8(土)・11/22(土)

14:30~16:30

定員:20名

持物:飲み物



最新の脳科学に基づく
視覚&脳トレ

『スポーツブレイン トレーニング』

10/21(火)・11/4(火)

11/18(火)・12/2(火)

9:30~11:30

定員:20名

持物:飲み物・タオル

【お知らせ】10月29日(水)と30日(木)は浴室修繕のためお風呂をご利用いただけません。

これからスマホを始める方、始めたばかりで復習したい方も、

『スマホの基本と災害時のスマホ活用法』

日時:令和7年10月31日(金)10:00~12:00

定員:15名(先着順) ※年齢不問

※進行の都合上、講座で使うスマートフォンは講師が用意し貸し出します。尚、講座進行に支障の無い範囲でご自身のスマホを持参いただき操作方法を相談することは可能です。



理学療法士による講演会

「全身を鍛える! 理学療法士の体操」

日時:10/29(水)10:00~11:30

定員:30名(先着順)

内容:今回は立位と座位での運動です。

講師は BCS 担当の原田潤一です。

*会場に注意!:おゆみ野ふれあい館 2 階



誰でも一緒に楽しめる多世代交流【年齢不問】

「モルック交流会」



雨天中止 *天候に合わせた服装、帽子

日時:令和7年10月18日(土)

9:30~11:00

毎日続けて健康習慣づくり参加自由の朝のラジオ体操やってます。(9:05 頃口ビーにて)

イベント情報など
随時、更新し
ています。QR コ
ードを読み取り
ご覧ください！



千葉市社会福祉協議会 HP

緑いきいきプラザ HP



○印はお部屋をご利用いただける場所です。※予定は変更となる場合があります。

午前 9:30～11:30 午後①12:00～14:00 午後②14:30～16:30

部屋名		研修室1・2			教養娯楽室			集会室		
利用種目		卓 球			囲碁・将棋・麻雀			カラオケ・憩いの広場		
日	曜	午前	午後①	午後②	午前	午後①	午後②	午前	午後①	午後②
1	水					○	○	○	○	
2	木	○		○	○					
3	金	○		○		12:30～○	○			
4	土			○	○	○	○	○	○	○
5	日	○		○	○	○	○			
6	月			○	○	○	○			
7	火	○				○	○			
8	水			○		○	○			
9	木			○	○	○	○			
10	金				○	○	○			
11	土		○	○	○	○	○	○	○	○
12	日		○	○	○	○	○			○
13	月			○	○	○	○	○		○
14	火		○		○				○	○
15	水					○	○	○	○	○
16	木	○		○	○					
17	金			○	○	○	○			
18	土		○	○	○	○	○	○	○	
19	日	○		○	○	○	○	○	○	○
20	月			○	○	○	○			
21	火				○	○	○			○
22	水			○		○	○			
23	木			○	○	○	○			
24	金				○	○	○			
25	土	○	○	○	○	○	○	○	○	
26	日		○	○	○	○	○			○
27	月			○	○	○	○	○		
28	火				○			○		○
29	水				○	○	○	○	○	○
30	木	○	○	○	○	○	○	○	○	○
31	金			○	○	○	○	○	○	○