



# 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。

●落語会、●講演会、●モルック 11月1日(土)9:30~受付【先着順】

●短期講座は11月1日(土)9:30~10日まで受付。応募多数時は12日【抽選】

## 年末笑い締め！落語会

「笑う門には福来る」どなたさまもお誘いあわせの上お急ぎなすって！  
いきいきプラザに「笑い」がやってくるよ！！



日時:令和7年12月7日(日) 13:30~15:30

定員:50名(予約制)

※開場は13:00~

出演:NPO 法人フォーエヴァー

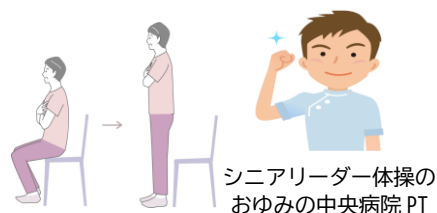
筋肉のことを学び、筋力UPを目指しましょう！

## 『ロコモ予防！シニア筋力UP体操！』

日時:令和7年11月19日(水)14:00~15:30

定員:30名(先着順)

内容:理学療法士による、筋力UPのための講義&シニア向け体操を行います。



シニアリーダー体操の  
おゆみの中央病院 PT

短期講座(全4回)

## 『奏筆~かなふで~』

日時:11/20、12/18、1/15、2/19 (木) 9:30~11:30

定員:20名

参加費:500円/1回

筆ペンで素敵な「文字」を  
楽しみましょう。



## 「健康テレビゲーム広場」

日時:11月10日(月)13:30~15:00

内容:参加自由



スポーツゲーム、太鼓のリズムゲーム  
パズルゲーム等が楽しめます。初めて  
の方もそうでない方もお気軽にお越し  
ください。サポートいたします！



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11月15日(土)

9:30~11:00

毎日続ける自身体操で健康習慣づくり朝のラジオ体操(毎朝9:05頃口ビー)





こちらのQRコードを読み取ってください。このQRコードを読み取ってください。

[illegible]