



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『パドル体操』は12月25日 9:30~1月8日まで受付。応募多数時は10日抽選
 - 短期講座『鍵盤ハーモニカ』は1月4日 9:30~13日まで受付。応募多数時は15日抽選
 - 『演芸会』は1月5日(月)9:00~窓口にて【先着順】 出演順は申込時にくじ引きとなります。
 - 『健康テレビゲーム体験会』12月25日(木)9:30~受付【先着順】
 - 『音とともにだち うたごえ広場』は1月8日(木)9:30~受付【先着順】

短期講座(全4回)

「音」を楽しみながら脳&口腔トレーニング

『鍵盤ハーモニカ』

日時:2/5・19、3/5・19

1・3木 9:30~11:30

定員:15名

持物:550円(ホース・資料代)

※鍵盤ハーモニカは講師が用意します。



短期講座(全4回)

かんたん、らくらく、楽しく行える

『パドル体操』

日時:1/21、2/4・18、3/4

1・3水 9:30~11:30

定員:20名 持物:飲物

おしゃもじ型の健康補助具
パドルを使った全身運動!



歌う・踊る・奏でる

『演芸会』

日時:2月8日(日)

9:45~12:00



定員:25名(先着)

市内在住 60歳以上の方

*出演時間はお一人(1団体)5分

誰でも一緒に楽しめる多世代交流

鍵盤ハーモニカの演奏で歌おう

『音とともにだち うたごえ広場』

日時:令和8年2月8日(日)

13:15~14:30



定員:30名 市内に住所を有する方

演奏:鍵盤ハーモニカデュオ「ジャムシャンテ」

【予定曲】

涙そうそう、学生時代、テネシーワルツ

枯葉 等 *予定曲は変更になる場合があります。



『健康テレビゲーム体験会』

日時:①1/12(月)・②19(月) 13:30~15:00 定員:各12名(1日だけ参加OK)

内容:今回はスポーツゲームやパーティーゲームを体験します!一緒に楽しみましょう!



毎日続ける自主体操で健康習慣づくり朝のラジオ体操(毎朝9:05頃ロビー)

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ところです。※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 | 木 | 明けましておめでとうございます。本年もよろしくお願いします。 年始休館中 令和8年1月4日から開館します。 | | | | | | | | |
| 2 | 金 | | | | | | | | | |
| 3 | 土 | | | | | | | | | |
| 4 | 日 | ○ | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 5 | 月 | | | ○ | ○ | ○ | ○ | | | |
| 6 | 火 | ○ | | | ○ | ○ | ○ | | | |
| 7 | 水 | | | | | ○ | ○ | ○ | ○ | |
| 8 | 木 | ○ | | ○ | ○ | ○ | ○ | | | ○ |
| 9 | 金 | | | | ○ | ○ | ○ | | | |
| 10 | 土 | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 11 | 日 | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | ○ |
| 12 | 月 | | | ○ | ○ | ○ | ○ | | | ○ |
| 13 | 火 | | ○ | | | | | | | ○ |
| 14 | 水 | | | ○ | | ○ | ○ | | | |
| 15 | 木 | | | ○ | ○ | | | | | |
| 16 | 金 | ○ | | ○ | ○ | ○ | ○ | | | |
| 17 | 土 | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 18 | 日 | ○ | | ○ | ○ | ○ | ○ | | | |
| 19 | 月 | | | ○ | ○ | ○ | ○ | | ○ | |
| 20 | 火 | ○ | | ○ | ○ | ○ | ○ | | | ○ |
| 21 | 水 | | | | | ○ | ○ | | ○ | ○ |
| 22 | 木 | ○ | | ○ | ○ | ○ | ○ | | | ○ |
| 23 | 金 | | | | | ○ | ○ | | | |
| 24 | 土 | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 25 | 日 | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | ○ |
| 26 | 月 | | | ○ | ○ | ○ | ○ | | | |
| 27 | 火 | ○ | | | ○ | | | | | ○ |
| 28 | 水 | | | ○ | | ○ | ○ | | ○ | ○ |
| 29 | 木 | | | ○ | ○ | | | | ○ | |
| 30 | 金 | ○ | | ○ | ○ | ○ | ○ | | | |
| 31 | 土 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | | | |