



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



お知らせ

- ・いきいきプラザは、市内に住所を有する60歳以上の方にご利用いただける施設です。
- ※2/7(土)・8(日)、フェスティバルの日は年齢不問でどなたでも来館いただけます。
- ・2月14日(土)は全館停電しての設備工事があるため、休館となります。

いきいきプラザ フェスティバル

令和8年2月7日(土)

9:30~15:30 作品展示

9:45~12:00 学習発表会

【13:30~15:00】集会室

『(株) QVC ジャパン Happy Q 抽選会』(先)

『QVCプロカメラマンによる写真撮影会』(予)

15名 写真撮影会は1/18~受付【抽選】

『(株) ヤマシタ AI 歩行解析』(先)

【①13:30・②14:15】集会室

『バルーンアートづくり体験&プレゼント』(先)

各 10名 *ワークショップ受付 13:15~

【10:00~14:30】健康相談室 *12~13時休憩

『骨密度・脳年齢測定』(先) *測定受付 9:30~

【10:00~15:00】2Fロビー・1F玄関脇

『あんしんケアセンター誉田相談ブース』

『キャロットハウス 焼き芋・野菜販売』

(先) 当日先着 *定員もしくは無くなり次第終了 (予) 予約制



令和8年2月8日(日)

9:30~15:00 作品展示

9:45~12:00 演芸会

【13:15~14:45】集会室

『音ともだち うたごえ広場』(予) 30名

うたごえ広場は1/8~受付【先着】



【10:00~14:30】健康相談室 *12~13時休憩

『血管・脳年齢測定』(先) *測定受付 9:30~



【10:00~13:00】教養娯楽室

『なんでもスマートフォン相談会』(先)



【10:00~15:00】2Fロビー・1F玄関脇

『シルバー人材センター相談ブース』



『キャロットハウス 焼き芋・野菜販売』

(先) 当日先着 *定員もしくは無くなり次第終了 (予) 予約制

『ボディケアスクール(BCS)』



- 4~6月または7~9月の3ヶ月(12回)
毎週金曜日 ①午前コース 9:30~11:30
②午後コース 13:30~15:30
- 理学療法士等の指導によるストレッチや筋トレを行う介護予防体操です。60歳以上で、ご自身で運動可能な方が対象です。
申込:2/1~10まで、往復ハガキかホームページにて受付。詳細はお問合せください。

関節に負担なく、楽に歩けるカラダを学ぶ
歩行改善セミナー

『姿勢と歩行の科学～BESTWALK～』

日時:2/24(火)9:30~11:30

定員:26名【先着順】



持物:飲物、タオル、運動できる服装(5本指靴下)

申込:2/1(日)9:30~窓口・電話・FAX

内容:コンディショニングトレーナー 橋本和幸氏による
講義&運動を行います。

イベント情報など随时、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 縁いきいきプラザ 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