

令和7年度

# さつきが丘いきいきセンターだより



春の足音が近くに聞こえるようになり、寒い中にも温もりを感じる頃となりました。いきいきセンターにつきましても皆さまからの温かいご支援とご協力をいただき年度末を迎えることができました。ありがとうございました。

## 【令和8年度募集関係】

- ① **シニアリーダー体操** 4～9月(6ヶ月間)  
【実施日】第1・3火曜日10:00～11:00  
【募集】3/5(木)9:30～3月9日(月) ※抽選日3月10日(火)
- ② **ミニ・ボディケアスクール** 4～6月(3ヶ月間) ※DVDによる自主体操  
【実施日】①第2・4水曜日13:00～14:00 ②第2・4木曜日13:00～14:00  
【募集】BCS4-6月コースに不参加の方→3/14(土)9:30～3/18(水) ※抽選日3月19日(木)
- ③ **土日100歳体操** 4～9月(6ヶ月間) ※DVDによる自主体操  
【実施日】第1～4週の①土曜9:30～10:30 ②土曜10:45～11:45  
③日曜9:30～10:30  
【募集】3/20(金)9:30～3/24(火) ※抽選日3月25日(水)
- ④ **さつきが丘いきいき体操** 4～9月(6ヶ月間)  
【実施日】第1・3木曜10:00～11:00  
【募集】3/26(木)9:30～3/30(月) ※抽選日3月31日(火)
- **短期講座「教材とアプリで学ぶ麻雀初級講座(手役作り)」(全4回)**  
【実施日】第2・4月曜12:00～14:00 (4月13、27日、5月11、25日)  
【定員】16名 【持物】筆記用具、スマホ、テキスト代(1,000円)  
【募集】3/22(日)9:30～4/5(日) ※抽選日4月6日(月)



## 【3月の予定】

### <DVD鑑賞会> (世代間交流)綾小路きみまろ

日時:3月10日(火) 10:00～11:30

定員:先着16人

申込期間 2月24日(火)9:30より受付開始。(先着順)

爆笑エキサイトライブ

年齢に関係なく  
ご参加いただけます。

### <レーシングゲーム>アセットコルサ体験会

実際にハンドルを握って、アクセルを踏んで、車を操作するテレビゲームです。

日時:3月12日(木) 9:30～11:00

定員:先着10人

申込期間 2月19日(木)9:30より受付開始。(先着順)



## ◆ 高齢者福祉講座(前期コース)

※申込は往復ハガキにて「花見川いきいきプラザ」宛て。詳細は**市政だより3月号**をご確認下さい。

講座名	曜日	時間	内 容
こころとからだのいきいき活性化講座	2・4月	14:30～	脳(脳トレ)とからだ(ストレッチ・筋トレ)を行うことで、いつまでもイキイキと自分らしい生活を送りましょう。
初心者麻雀で脳活・雑学	2・4金	9:30～	麻雀の基本をプレイしながら体得します。楽しい交流期間中に脳活実践・雑学把握。
色えんぴつ画	2・4金	12:00～	デッサンの基礎を学び、楽しみながら画力の向上を目指します。

## 【3月一般開放(囲碁・将棋等)のご案内】

日付	曜日	囲碁・将棋			健康麻雀			日付	曜日	囲碁・将棋			健康麻雀		
		9:30~11:30	12:00~14:00	14:30~16:30	9:30~11:30	12:00~14:00	14:30~16:30			9:30~11:30	12:00~14:00	14:30~16:30	9:30~11:30	12:00~14:00	14:30~16:30
1	日	×	○	○	○	○	○	16	月	×	×	○	×	×	×
2	月	×	×	○	×	×	×	17	火	×	○	○	×	○	○
3	火	×	○	○	×	○	○	18	水	×	×	×	×	○	○
4	水	×	×	×	×	○	○	19	木	×	×	○	×	×	×
5	木	×	×	○	×	×	×	20	金	×	○	○	○	○	○
6	金	×	○	○	×	×	×	21	土	×	○	○	×	×	×
7	土	×	○	○	×	×	×	22	日	×	○	○	○	○	○
8	日	×	○	○	○	○	○	23	月	×	×	×	×	×	○
9	月	×	×	×	×	×	○	24	火	×	○	○	×	×	×
10	火	×	○	○	×	×	×	25	水	×	×	×	○	○	○
11	水	×	×	×	○	○	○	26	木	×	○	○	×	×	×
12	木	×	○	○	×	×	×	27	金	×	○	○	×	×	×
13	金	×	○	○	○	○	×	28	土	×	○	○	×	×	×
14	土	×	○	○	×	○	○	29	日	○	○	○	○	○	○
15	日	○	○	○	○	○	○	30	月	○	○	○	○	○	○
								31	火	○	○	○	○	○	○

※状況により変更が生じる可能性があります。ご了承ください。



千葉県さつきが丘いきいきセンター	電話	043-250-4651
住所 花見川区さつきが丘1-32-3	FAX	043-250-4652

\*当センターは、千葉県在住、60歳以上の方にご利用いただける施設です。

\*毎回氏名・住所・生年月日の確認できるもののご提示をお願いいたします。

\*市内いきいきプラザ、センターで使える「利用者カード」の発行も随時承っております。