

千葉市美浜いきいきプラザは、介護予防と生きがい、仲間作りを通して高齢者が住み慣れた地域で自分らしく、いきいきと生活できるように支援する施設です。

ホームページ <https://chiba-shakyo.jp/mihama-p/>

ホームページ



令和8年度講座

抽選

講座名	曜日	開始時間	定員
オカリナ入門	1・3月	9:30	20
陶芸入門	1・3火	9:30	20
鉛筆デッサン・色えんぴつ画入門	2・4火	12:00	24
実用書道	1・3水	9:30	24
太極拳入門	1・3水	12:00	35
ストレッチandリズム体操	2・4水	9:30	36
京都 歴史の扉を開く	1・3木	9:30	25
ヨガ入門	1・3木	12:00	35
絵手紙入門	1・3土	14:30	20
やさしい日常英会話	2・4土	9:30	20
カードで学ぶはじめての麻雀(前期)	1・3火	12:00	20
ボッチャ入門(前期)	2・4水	12:00	20
骨格改善コンディショニング(前期)	2・4木	9:30	30
レクリエーションで脳トレ(前期)	2・4木	12:00	20
笑顔はじける!輝きエアロビ&ストレッチ(前期)	1・3金	14:30	28
スマホ入門(アンドロイド)(前期)	2・4金	12:00	20
元気向上!筋トレ体操(前期)	1・3土	9:30	30

対象 市内に住所を有する60歳以上の方

前年度同一区内で受講した講座は申し込みできません

申込期限 3月10日(火)消印有効

申込方法 往復ハガキ・ホームページ

公開抽選 3月18日(水)9:30

結果発送 3月24日(火)

85 [返信] 自分の郵便番号・住所・氏名を記入	往信(表) 1 講座番号・講座名 2 氏名(フリガナ) 3 郵便番号・住所 4 電話番号 5 年齢・性別	85 [往信] 記入 申込先いきいきプラザの宛先を	返信(裏) 何も記入しないでください
--------------------------------	---	------------------------------------	-----------------------

千葉市美浜いきいきプラザ

QRコード

千葉市美浜区高洲3-5-6 開館時間 9:00~17:15

電話 043-270-1800 FAX 043-270-1811

Xで
イベント情報等、随時更新中です。



※一般駐車場はありません。お車でお越しの際は、近隣有料駐車場をご利用ください。

市内に住所を有する60歳以上の方対象

申込は、**3月1日(日)9:30~** 窓口または電話、FAXで

レーシングゲーム体験会

3月22日(日)
14:00~15:30
先着 10人



先着

医師による講演会

歳を重ねることは素晴らしい

3月23日(月)
12:00~14:00

先着 20人



今から考える生命保険

3月24日(火)
10:30~12:00
先着 9人



みはま歌声集会

4月11日(土)
13:30~15:00
先着 80人



いきいき体操 (4-9月)

定員 各30人

抽選

- Aグループ 1・3月 9:15~10:15
- Bグループ 1・3月 10:35~11:35
- Cグループ 2・4月 9:15~10:15
- Dグループ 2・4月 10:35~11:35

ミニボディケアスクール

(4-6月) 定員 各25人

- ①グループ 木 14:30~15:30
- ②グループ 木 15:45~16:45
- ③グループ 土 14:30~15:30
- ④グループ 土 15:45~16:45

期間中のボディケアスクールに当選されていない方対象

申込期限 3月10日(火)

4/16~短期講座「折り紙」

予告

詳細は次号で

3月集会室開放予定表

◆予定は変更になることがありますので、予めご了承下さい。
◆教養娯楽室(囲碁・将棋)は、終日開放しています。

1日	日	12:00~17:15	15日	日	12:00~17:15	25日	水	9:00~14:00
2日	月	12:00~14:00	16日	月	12:00~17:15	26日	木	9:00~11:30
4日	水	12:00~14:00	18日	水	12:00~14:00	27日	金	9:00~17:15
5日	木	12:00~14:00	19日	木	12:00~14:00	28日	土	12:00~14:00
8日	日	12:00~17:15	20日	金	14:30~17:15	29日	日	9:00~17:15
11日	水	9:00~14:00	21日	土	9:00~11:30	31日	火	9:00~17:15
12日	木	9:00~11:30	22日	日	12:00~17:15			
13日	金	9:00~17:15	23日	月	9:00~11:30			

千葉県美浜いきいきプラザ

千葉県美浜区高洲3-5-6 開館時間 9:00~17:15

電話 043-270-1800 FAX 043-270-1811

※一般駐車場はありません。お車でお越しの際は、近隣有料駐車場をご利用ください。

QRコード

Xで
イベント情報等、随時更新中です。

