



# 蘇我いきいきセンターだより

R8 **4月号**  
3月25日発行

過ごしやすい季節になり、新年度がスタートします。  
体操や趣味の活動など、新しいことを始めてみませんか。

## R8年度 同好会・準同好会紹介

曜日	時間	同好会名	活動内容
第1・3	①	らの会	オカリナ
第1・3	②	いきいき吹矢同好会	吹矢
第1・3	③	いきいき3B体操	3B体操
第2・4	①	ひかり同好会	ペン習字
第2・4	①	ゆる体操同好会	ゆる体操
第2・4	②	なでしこの会	ペン習字
第2・4	②	3B体操もみじ	3B体操
第1・3	①	火曜クラブ	体操
第1・3	②	四喜和クラブ	健康麻雀
第1・3	②	いきいきヨガビリー	ヨガビリー
第1・3	③	蘇我長寿会	踊り
第2・4	②	オカリナ同好会 コスモス	オカリナ
第4	②	シニアZUMBA Smile	ZUMBA
第2・4	③	オカリナどれみ同好会	オカリナ
第2・4	③	遊悠会	体操
第1	①	バステルアートそが	バステル画
第1・3	②	ショパンの会	鍵盤楽器
第1・3	③	蘇我脳活クラブ	脳活性
第2	②	囲碁の森	囲碁
第1・3	①	アンダンテ・キーボード同好会	鍵盤楽器
第1・3	①	木曜クラブ	体操
第1・3	②	サンフラワー	体操
第1	③	野の花	ハーモニカ
第2・4	①	蘇我いきいきPCクラブ	パソコン
第2・4	②	木曜会	健康麻雀
第2・4	③	フラ アロハ	フラダンス
第1・3	①	千葉中央マジシャンズ	マジック
第1	②	ビーズサークル	ビーズ
第1	②	STC	マジック
第1・3	③	蘇我ボール体操	ボール体操
第2	①	フラワーアレンジメント同好会	生け花
第4	①	金曜絵手紙	絵手紙
第2・4	②	SA KU RA	ハーモニカ
第2・4	②	免疫力をアップ! たかこのヨガビリー	ヨガビリー
第2・4	③	ニコニコ	気功・気療
第1・3	①	アニマート	鍵盤楽器
第1・3	②	健康麻雀A	健康麻雀
第2・4	③	やさしいスローエアロビック	スローエアロビック
第1・3	①	ヨガビリー-蘇我	ヨガビリー
第2・4	②	健康麻雀B	健康麻雀

①9:30~11:30 ②12:00~14:00 ③14:30~16:30  
※会員募集している同好会もあります。

入会希望の方は事務室までお問い合わせください

**新規同好会の立ち上げも大歓迎!**

## 短期講座「脳キラリン」 募集のお知らせ



【日時】 **5月8日(金) 22日(金)**  
**6月12日(金) 26日(金)**  
**14:30~16:30**

【対象】 千葉市内に住所を有する60歳以上の方

【定員】 15名(事前予約制)

【申込】 4月10日(金)9:30~4月27日(月)

直接または電話・FAXいずれも可

(FAXの方は氏名・住所・年齢・電話番号を明記)

**申込者多数の場合、4月28日(火)に抽選**

## 高齢者福祉講座 欠員募集のお知らせ

★ **みんなでコーラス 6名**

**第1・3月 9:30~11:30**



※ 申込受付中 4月3日(金)締切

直接または電話・FAXいずれも可

(FAXの方は住所・氏名・年齢・電話番号を明記)

**申込者多数の場合、4月7日(火)に抽選**

※ すでに他講座へ受講が決まっている方、前年度  
同一区で受講した方、複数への申し込みも可

## 各種相談のお知らせ

♪ **理学療法士による相談**

毎週水曜日(第5週を除く)11:30~ 事前予約制  
ご希望の方は事務室にてお申し込みください。

♪ **生活相談・健康相談**

日常生活における悩みごとや、看護師による相  
談を受け付けております。お気軽にご相談下さい。

## 健康フェスティバルのお知らせ

**5月17日(日)開催!**

詳細は **センターだより5月号**をご覧ください



昨年度より、事業にご参加いただくと **ちばシティポイント50P**を  
付与しておりましたが、3月31日をもって終了となります。

**来館ポイント5P**は継続いたします。引き続きよろしくお願  
いいたします



\* 当センターは、千葉市に住所を有する60歳以上の  
方がご利用いただける老人福祉センターです。  
\* センターご利用の際は『**年齢と住所のわかるもの**』を  
お見せください。 \* ゴミはお持ち帰りください。

**千葉市蘇我いきいきセンター**

中央区今井1-14-38

TEL (264) 6966 FAX (264) 6967



## 4月の部屋空き状況

	日		月		火		水		木		金		土		
	研修室	集会室	研修室	集会室	研修室	集会室	研修室	集会室	研修室	集会室	研修室	集会室	研修室	集会室	
							<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>					
9:30~11:30							×	ボディケア スクール	×	×	×			×	×
12:00~14:00							×		×	×	×	×			×
14:30~16:30								×				×			
	<b>5</b>	<b>6</b>		<b>7</b>		<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>		<b>11</b>					
9:30~11:30		×	×			×	ボディケア スクール		×	×				×	
12:00~14:00				×	×	×	×		×		×	×			
14:30~16:30				×			×	ミニ ボディケア		×		×			×
	<b>12</b>	<b>13</b>		<b>14</b>		<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b>		<b>18</b>					
9:30~11:30			×	×			×	ボディケア スクール	×	×	×	いき体	×	×	
12:00~14:00		×	×	×	×	×	×		×					×	
14:30~16:30				ミニ ボディケア	×	×		×				×			
	<b>19</b>	<b>20</b>		<b>21</b>		<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b>		<b>25</b>					
9:30~11:30		×	×	福祉講座			×	ボディケア スクール	福祉講座	×	×	福祉講座			×
12:00~14:00				×	×	×			×		×	×			
14:30~16:30				×			×	ミニ ボディケア		×		×			×
	<b>26</b>	<b>27</b>		<b>28</b>		<b>29</b>	<b>30</b>								
9:30~11:30			×	×			福祉講座								
12:00~14:00		×	×	×	×	×									
14:30~16:30				ミニ ボディケア	×	×									

※貸出用の囲碁セット、将棋セット、麻雀セットをご用意しています。

※趣味活動(パッチワーク、編み物など)や会合など、少人数でもご利用できます。

※事業等により、ご利用できる日時が変更になる場合がありますので、ご了承ください。

※集会室はカーペット敷きになっています。裸足か靴下でご利用ください。

※空欄の時間帯で開放可能な場合がありますので、ご利用希望の方は事務室までご相談ください。