

# 令和元年 8月号 土気いきいきセンターだより



土気いきいきセンター  
〒267-0061  
千葉市緑区土気町1634  
(土気市民センター内)  
電話:043-205-1000  
FAX:043-205-1001  
開館時間 9:00~17:15

## ～土気いきいきセンターとは～

市内に住所を有する60歳以上の方が利用でき、健康で明るい生活を営むことが出来るように、健康や生活に関する相談に応じるとともに、健康増進、教養向上等のための設備や場所の便宜などを総合的に供与するサービスを行っています。事業内容として以下のものがあります。

- 高齢者福祉講座 ○レクリエーション(囲碁、将棋等) ○高齢者講演会 ○世代間交流 ○機能回復訓練
- 生活・健康相談 ○団体利用者への部屋の貸出 ○生きがい活動 ○土気いきいき体操等

## 講演会のお知らせ

### ①音楽で心と身体のリフレッシュ

日時:8月21日(水) 10:00~12:00

会場:土気いきいきセンター集会室

定員:30名(要予約、先着順)

申込:8月1日(木)9:30~ 窓口・電話・FAXで受付



### ②ボールde体操体験会

日時:8月29日(木) 9:30~11:30

会場:土気いきいきセンター教養娯楽室

定員:15名(要予約、先着順)

申込:8月8日(木)9:30~ 窓口・電話・FAXで受付



### ③GO! GO! 健康～自分の足で歩いていくために～

日時:9月9日(月) 13:00~14:00

会場:土気いきいきセンター集会室

定員:30名(要予約、先着順)

申込:8月15日(木)9:30~ 窓口・電話・FAXで受付



①②③の対象者は千葉市内に住所を有する60歳以上の方です。

生きがい活動支援通所事業(後期)  
機能回復訓練(10月・1月コース)

】 申込について

◇申込方法:ちば市政だより(8月号)に申込方法等掲載

◇申込期間:8月1日(木)~10日(土) ※消印有効

【理学療法士による個別相談】

第1~4週木曜日(要事前予約)

①15:30~16:00 ②16:10~16:40



◇翌月予定◇

【高齢者講演会】

○知って得する健康講演会

～膝痛に関する最近のお話～

開催日:9月24日(火)15:00~

○自分で決める

いきいき終活(基礎編)

開催日:9月27日(金)10:00~

※詳細は9月のセンターだよりに掲載

## 集会室・教養娯楽室・多目的室一般開放予定表 (令和元年8月)



### 【ご案内】

表の「○」はご利用いただけます。

一般開放：予約なしで1名様からご利用いただけます。

お部屋貸し：千葉市に住所を有する60歳以上の団体(10名以上)で予約できます。室料は無料です。

午前→午前9:30～11:30

午後①→午後0:00～午後2:00 午後②→午後2:30～4:30

※予定が変更になる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください

日	曜日	集会室			教養娯楽室			多目的室
		午前	午後①	午後②	午前	午後①	午後②	午前・午後
1	木	×	×	×	×	×	×	○
2	金	×	×	×	×	×	×	○
3	土	×	×	×	×	×	×	○
4	日	×	○	○	○	×	○	○
5	月	×	×	×	×	○	○	○
6	火	×	×	×	×	×	×	○
7	水	×	×	○	×	×	×	○
8	木	×	×	×	×	×	×	○
9	金	×	○	×	×	×	×	○
10	土	×	○	○	×	×	×	○
11	日	9:30～○	○	○	○	○	×	○
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	9:30～○	○	○	○	○	○	○
26	月	×	×	×	○	○	×	○
27	火	×	×	×	×	○	○	○
28	水	×	×	×	×	○	○	○
29	木	×	×	×	×	12:30～○	○	○
30	金	×	×	×	○	○	○	○
31	土	×	×	×	○	○	○	○

**駐車場には限りがあります。  
公共交通機関のご利用にご協力をお願いします。**