



今年は梅雨が長引き7月は涼しい日が続きましたが、8月に入り本格的な暑さがもどってきてそうです。熱中症や食中毒にはくれぐれもご注意ください。

お知らせ

*令和元年度 後期 機能回復訓練・生きがい活動支援通所事業の申込みが始まります。

往復はがき、または電子申請にて受付致します。

(機能回復訓練、生きがい活動支援通所事業の両方に申し込むことはできませんのでご注意ください。)

お申込期間 ➡ 8月1日(木)～10日(土) 当日消印有効

詳細は館内掲示(7月18日(木)より掲示)

市政だより8月1日号

千葉市社会福祉事業団のホームページにてご確認ください。

***8月1日(木)～9月1日(日) 「夏休み映画上映会」**を行います。

お孫さんと一緒にいかがですか？

上映時間・内容は掲示板にてお知らせ致します。

***8月25日(日) 世代間交流 「スポーツウェルネス吹矢大会」**を行います。

どなたでも参加頂けます。気分転換にどうぞ!!

健康相談室だより

<耳鳴りとどう付き合う>

耳鳴りとは、実際には音が鳴っていないのに、「ジージー」とか「キーン」などと表現される音が耳の奥で鳴っているように感じることです。

気になったら、まずは受診!!

原因を突き止めることが大切で「実は病気」の恐れも……

認知症に起因する幻聴だったり、耳鳴りの背後に聴神経腫瘍などの重大な病気が隠れているケースがあります。

耳鳴りとのつきあい方

*受診し、検査を受ける ➡ 聴力検査やMRIなど

*補聴器を使う ➡ 難聴の改善が耳鳴りの緩和につながることも

*ストレスや不安を取り除く ➡ リラックスを心がける、心理カウンセリングを受けても良い

*クラシックや環境音楽など穏やかで美しい音楽を聴く



何かわからない事がありましたら、遠慮なく聞いて下さいね。

8月講座・行事予定

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				夏休み 映画上映会		夏休み 映画上映会
4	5	6	7	8	9	10
夏休み 映画上映会		機能回復訓練		夏休み 映画上映会		
11	12	13	14	15	16	17
夏休み 映画上映会		機能回復訓練				
18	19	20	21	22	23	24
夏休み 映画上映会		機能回復訓練	世代間交流 親子陶芸教室	花見川プラザいきいき体操		
25	26	27	28	29	30	31
世代間交流 スポーツウェ ルネス吹矢 大会	夏休み 映画上映会	機能回復訓練				

夏休み映画上映会は諸事情により上映時間・内容の変更もございます。ご了承ください。

8月 集会室利用案内

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				9時～	9時～	9時～
4	5	6	7	8	9	10
9時～	9時～	12時～13時	9時～	9時～12時半 14時半～	9時～	9時～
11	12	13	14	15	16	17
9時～	9時～	12時～13時	9時～	9時～	9時～	9時～
18	19	20	21	22	23	24
9時～	9時～	12時～13時	9時～	9時～12時半 14時半～	9時～	9時～
25	26	27	28	29	30	31
9時～	9時～	12時～13時	9時～	9時～	9時～	9時～

※12時～12時半までは昼食等のため、カラオケはご利用できません。

※火曜日は機能回復訓練の為、カラオケはご利用できません。

※講座等で一日使用できない日は昼食時のご利用もご遠慮ください。

花見川いきいきプラザ Tel043-216-0080 Fax043-216-0083