

真砂いきいき



センター フェスティバル

11月30日(日)

9:30~16:30

千葉市真砂いきいきセンター

9:30

~

10:30



『南伸子先生による
エアロビ体操』

定員：16名 * 先着順

持物：汗拭きタオル

お飲み物

申込：11/3(月)9:30~開始

* 直接受付または

電話・FAXで

お申込み下さい。

11:00

~

12:40



『真砂いきいき落語会』

定員：45名 * 先着順

持物：上履き

申込：11/3(月)9:30~開始

* 直接受付または

電話・FAXで

お申込み下さい。

11/16

～

11/30



『福祉講座(パソコン)・
同好会・生きがい活動の
作品展示』



福祉講座で作成した年賀状や、
書道・パソコン・手芸等の同
好会での作品、生きがい活動
にて制作した作品を展示しま
す♪

力作をぜひご覧ください😊



13 : 30

～

15 : 30



ワークショップ
『クリスマス飾りを作
ろう (マクラメ) 』

定員：8名 * 先着順

持物：なし (参加費もございません)

申込：11/3(月)9：30～開始

* 直接受付または
電話・FAXでお申込み下さい。

9 : 15
～10 : 45

14 : 00
～16 : 00

事前予約不要
当日参加OK😊

プチ測定会
& 結果説明

プチ測定会では、握力と長座体前
屈の2種類を測定します。

測定後は、結果について看護師が
ご説明します♪

測定結果以外の相談は別日に承り
ますのでご了承下さい。



会場
案内
地図



【お問合せ】 千葉市真砂いきいきセンター
電話：043-278-9641
FAX：043-278-9642

ご来館の際には、公共交通機関をご利用下
さい。駐車場のご案内は出来かねますので
ご了承下さい。