



「生きがい活動」は  
千葉市内いきいきプラ  
ザで行われている介  
護予防の事業です。

先着15名

出張

「生きがい活動」

体験会

12/21

1/18

【土】

10:00-12:00



in かなめ一倫荘 (中央区要町1-2)



- ・どちらか一日でも両日でも参加OK!!
- ・この体験会は、ご家族方、シニアリーダーの方、民生委員の方も参加OK!! (通常65歳以上で介護認定を受けていない方が対象)

【内容】

- 10:00～ 体操
- 10:45～ レクゲーム
- 11:30～ 脳トレ
- 12:00 終了

※10:00までに血圧測定を行います。  
1月18日は看護師がいます。  
途中休憩が入ります。

【持ち物】

飲み物・動きやすい靴と服装  
マスク(運動時以外着用をお願いします)

参加希望の方は、中央いきいきプラザへ電話またはこの用紙をFAXして下さい。

【お問い合わせ】

千葉市社会福祉協議会  
千葉市中央いきいきプラザ  
中央区松ヶ丘町257-1  
電話 209-9000  
FAX 209-9006

※ キリトリ ※

【出張生きがい活動体験会】参加申込書 申込日： 月 日

参加希望日	希望日に○してください。 12月21日(土) ・ 1月18日(土)
氏名	(ふりがな)
年齢	
電話番号	※当日連絡ができる番号