

子育ておしゃべりタイム

📅10:00～12:00 📍子育て中の方・妊婦およびパートナー（子ども同伴可）

📍当日直接会場へ（時間中出入り自由）

区	日程	館名	問い合わせ	区	日程	館名	問い合わせ
中央	2/12(水) 26(水)	松ヶ丘公民館 生浜公民館	松ヶ丘公民館 ☎261-5990	若葉	2/13(木) 27(木)	千城台公民館 みつわ台公民館	千城台公民館 ☎237-1400
	2/12(水) 26(水)	幕張公民館	幕張公民館 ☎273-7522		緑	2/ 6(木) 12(水)	土気公民館 おゆみ野公民館
稲毛	2/ 7(金) 10(月) 28(金)	轟公民館 小中台公民館 山王公民館	小中台公民館 ☎251-6616	美浜		2/20(木)	高浜公民館

花の美術館

申し込みと問い合わせは稲毛記念館へ。
同館 ☎277-4534 📠277-4688 月曜日(祝・休日の場合は翌日)休館

📍2/4(火)までに電話で。📠からも可。

教室名	日時・定員・料金など
バレンタインの贈り物を クッキーアイシングで作ろう！	2/8(土)13:30～15:30 👤12人 📎3,000円
草木染 長袖Tシャツに2色染め	2/19(水)13:00～16:00 👤10人 📎5,000円

ふるさと農園

☎257-9981 📠258-1024
月曜日（祝・休日の場合は翌日）休園

📍2/7(金)必着。📍(1講座1人1通)に📍を明記して、〒262-0011花見川区三角町656-3
千葉市ふるさと農園へ

講座・教室名	日時・定員・料金
味噌作り	📅2/15(土)・21(金)10:00～12:00、14:00～16:00 👤各24人 📎3,000円
普段使いでお祝い料理	📅2/16(日)9:30～14:00 👤24人 📎2,000円
親子でパンを焼こう	📅3/1(土)9:30～14:00 📍小学生と保護者 👤12組24人 📎1組2,000円

男女共同参画センター

☎209-8771 📠209-8776
月曜日、祝・休日休館

📍③④託児あり。申し込み時に申し出（📍1歳6カ月以上の就学前児）

📍①③2/2(日)からチケット販売。②④Eメールで📍を明記して、同センター
📠sankaku@f-cp.jpへ。電話も可。

催し名など	日時・対象・定員など
①春の親子ふれあいコンサート ～みんなでにこにこ、楽しいスマイルミュージック～	3/2(日)13:30～14:10 📍蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館 📍小学校低学年までの子どもと保護者 👤180人 📎大人1,000円、小学生以下100円

催し名など	日時・対象・定員など
②映像セミナー・特別上映 「私たちの声」	3/8(土)10:00～12:00 📍蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館 👤先着200人
③男性のためのお菓子作り講座 ～ホワイトデーに向けて、クッキー 作りに挑戦！～	3/9(日)10:00～12:00 📍蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館 📍中学生以上の男性 👤12人 📎1,000円
④ジョイセフの活動から学ぶ 女性の人権	3/14(金)13:30～15:30 👤先着24人

いきいきプラザ・センター

📍③④60歳以上の方

📍①②当日直接会場へ。

③④2/1(土)9:30から催しの前日までに直接または電話・FAXで、各プラザ・センターへ。

講座名	日時・内容・定員など
花見川いきいきプラザ ☎216-0080 📠216-0083	
花見川いきいきプラザは2月9日(日)～12日(水)に法定点検のため臨時休館します。	
大宮いきいきセンター ☎265-1751 📠265-1741	
①大宮いきいきセンター フェスティバル	2/23(祝)9:30～15:00 📍作品展示、学習発表会 📍上履き
越智いきいきセンター ☎205-1290 📠205-1291	
②越智いきいきセンター フェスティバル	2/15(土)・16(日)9:30～15:30 📍作品展示、学習発表会 📍上履き
中央いきいきプラザ ☎209-9000 📠209-9006	
③レクリエーションで 脳トレ	2/10(月)13:00～15:00 👤先着30人
④シニアZUMBA	2/25(水)10:00～11:30 👤先着12人

TIPSTAR DOME CHIBA（千葉競輪場）

公営事業事務所 ☎251-7111（株）JPF 📠050-3512-3840

PIST6Championship（千葉市営競輪）レース日程

📍入場には会員登録・チケットが必要です（当日会場でも登録可）。なお、一般観
覧席への入場は無料です（一部開催を除く）。

レース名	日程	レース名	日程
千葉市営競輪第11回第1節	2/ 1(土)・ 2(日)	千葉市営競輪第11回第3節	2/15(土)・16(日)
千葉市営競輪第11回第2節	7(金)・ 8(土)	千葉市営競輪第11回第4節	23(祝)・24(水)

いきいきプラザ・センター 生きがい活動支援通所・ボディケアスクール（機能回復訓練事業）

①生きがい活動支援通所（4～9月）

日常動作訓練、教養講座、趣味活動などを行うとともに、参加者同
士で交流することで、介護が必要となることを予防し、自立した生活
の維持を目指します。

📍火～土曜日のうち、特定の曜日で週1回（祝・休日を除く）。1日利
用＝10:00～15:00、半日利用＝10:00～12:00、13:00～15:00。おゆ
み野ふれあい館は10:00～12:00のみ。

📍📍【右表】のとおり。

📍市内に住所を有する在宅の65歳以上の方（4月1日現在）。ただし、
介護保険の認定を受けている方は不可。

📍別途教材費がかかります。

②ボディケアスクール（機能回復訓練事業）（4～6月、7～9月）

理学療法士などによるストレッチ体操などを2時間程度行い、日常生
活能力の回復、身体機能の向上を図ります。

📍4・7月開始の2コース。いずれも3カ月間、各全12回。曜日（第5週
を除く）・開始時間は【右表】のとおり。

📍📍【右表】のとおり。

📍市内に住所を有する60歳以上の方(各コース開始月の1日時点)で、
職員の補助なく参加可能な方

📍2月10日(月)消印有効。📍(1人1通1会場)に記入例【下記】のとおり
明記して、郵送。市社会福祉協議会📠から申し込みも可。重複申し込
み無効。

📍いずれも過去1年間に受けていない方優先。

応募多数の場合、2月20日(木)①9:30・②10:00に各プラザ・センターで公
開抽選。

結果は2月26日(水)に発送。

往復はがき記入例

85 [返信] 〇〇〇-〇〇〇〇 住所 本人の郵便番号・ 氏名を記入	往信（裏） 1 希望する事業 （①か②） 2 ①の場合は曜日 ・時間 ②の場合は開始 月・時間 3 氏名(フリガナ) 4 郵便番号・住所 5 電話番号 6 年齢・性別	85 [往信] 〇〇〇-〇〇〇〇 住所 プラザ・センターの 施設名を記入	返信（裏） (何も記入しな いください)
--	---	--	----------------------------

区	会場・申込先	問い合わせ	①		②		
			曜日	定員	曜日	開始時間	定員
中央	中央いきいきプラザ ＊ 〒260-0807 松ヶ丘町257-1	☎209-9000 📠209-9006	火～土	各16人	木	9:30 13:30	各26人
	蘇我いきいきセンター ＊ 〒260-0834 今井1-14-38	☎264-6966 📠264-6967		各15人	水	12:00	15人
花見川	花見川いきいきプラザ 〒262-0011 三角町750	☎216-0080 📠216-0083		各15人	火	9:30 13:30	各26人
	花見川いきいきセンター ＊ 〒262-0046 花見川9-1	☎286-8030 📠286-8031		各17人	金	9:30	16人
	さつきが丘いきいきセンター 〒262-0014 さつきが丘1-32-3	☎250-4651 📠250-4652		各15人	月	13:30	22人
稲毛	稲毛いきいきプラザ 〒263-0031 稲毛東6-19-1	☎242-8005 📠242-8175		各16人	月	9:30 13:30	各28人
	あやめ台いきいきセンター ＊ 〒263-0051 園生町446-1	☎207-1388 📠207-1368		各15人	金	13:30	18人
若葉	若葉いきいきプラザ 〒265-0067 北谷津町333-2	☎228-5010 📠228-8956		各15人	水	9:30 13:30	各26人
	大宮いきいきセンター ＊ 〒264-0015 大宮台7-8-1	☎265-1751 📠265-1741		各12人	水	9:30	15人
	都賀いきいきセンター ＊ 〒264-0025 都賀4-20-1	☎232-4771 📠232-4773		各18人	水	13:30	15人
	緑いきいきプラザ 〒266-0005 誉田町2-15-65	☎300-1313 📠300-1511		各15人	金	9:30 13:30	各26人
緑	越智いきいきセンター 〒267-0055 越智町822-7	☎205-1290 📠205-1291	火～金	各15人	木	9:30	20人
	おゆみ野ふれあい館（申し込み・問い合わせ 先は越智いきいきセンター）		土	12人			
	土気いきいきセンター 〒267-0061 土気町1634	☎205-1000 📠205-1001	火～土	各15人	木	13:30	20人
美浜	美浜いきいきプラザ ＊ 〒261-0004 高洲3-5-6	☎270-1800 📠270-1811		各18人	火	9:30 13:30	各28人
	真砂いきいきセンター ＊ 〒261-0011 真砂4-4-10	☎278-9641 📠278-9642		各15人	月	9:30	18人

来館の際は公共交通機関をご利用ください。＊印の会場は、駐車場がありません。