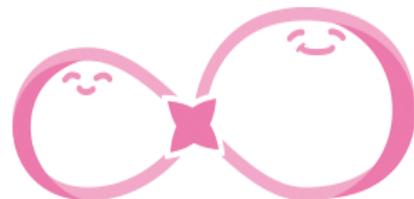


チャレンジシニア教室（R6.第1期）

チャレンジシニア教室では、体操や料理実習、アミューズメントカジノなどを行い、
楽しみながら介護予防に取り組みます。



100年を生きる。
千葉市

対象 市内に住所を有する 65 歳以上の方

（※要介護・要支援認定を受けている方を除く）

定員 各 20 人

（※多数の場合は抽選、初めての方優先）

申込方法

5月1日（水）～15日（水）必着

※ 往復ハガキに氏名（フリガナ）、住所、電話番号、生年月日、希望する会場（1つ）を明記して〒260-8722 千葉市役所健康推進課へ。（電子申請も可）

問合せ 健康推進課 ☎245-5146

市ホームページはこちら 



日程 (下線部は料理実習※)	時間	会場
6/3・6/10・6/17・ <u>7/8</u> ・ 7/22・7/29の月曜日	10:00~12:00	中央コミュニティセンター (中央区千葉港 2-1)
6/12・6/19・6/26・ <u>7/3</u> ・7/10・7/17の水曜日	10:00~12:00	幕張コミュニティセンター (花見川区幕張町 3-7730-4)
6/11・6/18・6/25・ <u>7/2</u> ・7/9・7/16の火曜日	10:00~12:00	穴川コミュニティセンター (稲毛区穴川 4-12-3)
6/7・6/14・6/21・ <u>6/28</u> ・7/5・7/12の金曜日	10:00~12:00	都賀コミュニティセンター (若葉区都賀 4-20-1)
6/6・6/13・6/20・ <u>6/27</u> ・7/4・7/11の木曜日	10:00~12:00	土気あすみが丘プラザ (緑区あすみが丘 7-2-4)
6/18・6/25・7/2・ <u>7/9</u> ・7/16・7/23の火曜日	14:00~16:00 7/9のみ 12:00~14:00	高洲コミュニティセンター (美浜区高洲 3-12-1)

※料理実習日は下線で示しています。