

千葉寺 ハーモニープラザ コミュニティ通信

GWのお休みが明けて、夏に向けて体力を上げるために健康講座に参加してみるのはいかがでしょうか？
ボディケアストレッチ教室やキックボクシングエクササイズ教室を開催しております。

5月のイベント情報

■キックボクシングエクササイズ教室

途中参加OK!



初心者にもできる簡単な有酸素運動です。
開催日：5月10日・24日(金)
時間：19:00~20:00
場所：A棟ハーモニーホール
定員：15名
参加費：5,000円
(5月~6月期間全4回分)
対象：中学生以上
(中学生は保護者同伴)
持ち物：運動用シューズ・動きやすい服装・汗拭きタオル・飲み物
講師：ベッキー先生
お申込：受付窓口、ホームページ
お電話、FAXでも受付ます

2024年度上半期
ボディケアストレッチ教室
毎月2回 第2・4火曜日開催
14:00-15:20

■ボディケアストレッチ教室

身体を整える!



気軽にストレッチとコアトレーニングを行なうクラスです。
開催日：5月14日・28日(火)
時間：14:00~15:20
場所：講習室3・4
定員：25名
参加費：1,000円/月(2回分)
持ち物：ヨガマット、汗拭きタオル
飲料水(ペットボトル等)
講師：小林 功先生
小林 志津子先生
お申込：受付窓口、ホームページ
お電話、FAXでも受付ます。
※定員数をオーバーした場合は抽選となります。

2024年度上半期
ボディケアストレッチ教室
毎月2回 第2・4火曜日開催
14:00-15:20

■韓国料理教室

郷土料理教室



韓国料理の定番!ピビンバとわかめスープを作ります。
開催日：5月15日(水)
時間：10:00~12:00
場所：A棟2F 料理実習室
定員：8名
参加費：2,200円(当日支払い)
持ち物：エプロン、三角巾、台拭き
食器用ふきん、持帰り用容器
講師：真辺 明子 先生
お申込：受付窓口、ホームページ
お電話、FAXでも受付ます。
※お申込多数の場合は抽選となります。

韓国料理の定番!ピビンバとわかめスープを作ります。
開催日：5月15日(水)
時間：10:00~12:00
場所：A棟2F 料理実習室
定員：8名
参加費：2,200円(当日支払い)
持ち物：エプロン、三角巾、台拭き
食器用ふきん、持帰り用容器
講師：真辺 明子 先生
お申込：受付窓口、ホームページ
お電話、FAXでも受付ます。
※お申込多数の場合は抽選となります。

■スマホお悩み相談会

無料相談



スマートフォンの使い方などで困ったことはありませんか?
当スタッフが相談にのります。
実施日：5月21日(火)
時間：13:00~16:00
場所：C棟2階コミュニティ受付
料金：無料
※ご自身のスマホやパットをお持ちください。
※事前申し込み不要
※お一人様最大30分。混雑状況によりお待ちいただく場合がございます。
※内容によっては対応できない場合もございます。

スマートフォンの使い方などで困ったことはありませんか?
当スタッフが相談にのります。
実施日：5月21日(火)
時間：13:00~16:00
場所：C棟2階コミュニティ受付
料金：無料
※ご自身のスマホやパットをお持ちください。
※事前申し込み不要
※お一人様最大30分。混雑状況によりお待ちいただく場合がございます。
※内容によっては対応できない場合もございます。

5月の休館日

5月3日(憲法記念日)
5月4日(みどりの日)
5月5日(こどもの日)
5月6日(振替休日)

他にも語学講座、麻雀教室やウクレレ教室、ホールでのコンサートなどいろいろな企画の講座がありますので、是非、チェックしてください。

2024.0501NO,048

ちばFUNくらぶ 会員募集中

ちばFUNくらぶでボランティアに参加して、イベントのお手伝いや、クリーンアップ活動などやってみませんか?
只今、会員大募集中です。

■ 6月開催予定おすすめイベント

カメラータ・マンドリノ
午後のセレナータ・コンサート
Camerata Mandolino Afternoon Serenata Concert

2024年 **6/23** (日)
13:30開場 14:00開演
ハーモニープラザ・ハーモニーホール
〒260-0844千葉市中央区千葉寺町1208番地
入場無料・定員1100名(先着制) ●ご予約・お問い合わせ: ☎043(420)8001

演奏曲目:
・G.マゼッパ作曲「カメラータ風泉行進曲」
・久保田 孝作曲「Humoreske」
・L.ボンスティ作曲 映画「ロスト・ワールド」より「リネイト」 武藤理恵編
・「アイヴォーグランド」 小穴雄一編
・「アメリカ」 小穴雄一編
・G.ロッセ作曲 歌劇「カルメシエ」より「アリア・ソレ」 小穴雄一編
・「月夜」 小穴雄一編
・「闘牛士の行進」と「合戦」 小穴雄一編
・「サテ・ブライデス」Time To Say Goodbye 武藤理恵編
・他

●午後のセレナータ・コンサート
「カメラータ・マンドリノ」
日 時：6月23日(日)
13:30～開場
14:00～開演
場 所：A棟2階
ハーモニーホール
料 金：入場無料
人 数：100名
(先着事前予約制)
お申込：受付窓口、お電話、HPのお申込フォームよりお申し込みいただけます。

・毎年恒例となりました、マンドリノサークル、カメラータ・マンドリノ様によるマンダリンコンサートを開催いたします。マンダリンの優雅な音色で午後のひと時を過ごしませんか？クラシック音楽、懐かしの映画音楽など多彩な、セットリストとなっておりますので、是非、この機会に素敵な音楽にふれてください。
※詳しくはHPまたは、受付までお問い合わせください。



■ お知らせ

5月は第1土曜日がGWで祭日の為、**おもちゃ病院**と**ちばFUNくらぶ**のクリーンアップ活動はお休みとなります。次回の開催は6月1日(土)となります。

・おもちゃ病院

6月1日(土)

【時間】13:00～16:00

(受付は14:30までです。)

【場所】A棟2F 創作室

・ちばFUNくらぶ

“クリーンアップ活動”

6月1日(土)

【時間】13:30～14:00

【場所】ハーモニープラザ中庭集合

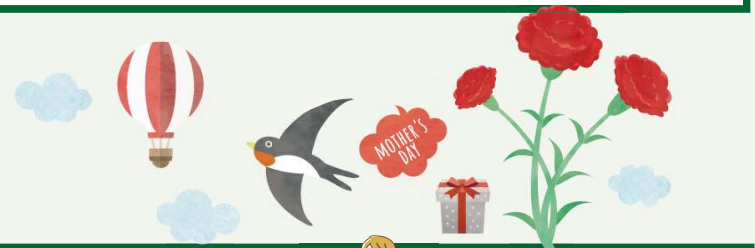
周辺地域のクリーンアップ活動



■ ハモプラ・カフェ販売中

当館受付前にてコーヒー販売を行っております。サークル活動や会議の合間に美味しいコーヒーはいかがですか？

種類も、キリマンジャロやモカブレンドなど様々なフレーバーを揃えております。また、コーヒーのお供にクッキーやパウンドケーキなども取り揃えておりますので、是非、ご賞味ください。



■ 5月開催のイベントはたくさんあります。

※詳しくはHPまたは、受付までお問い合わせください。

・歌声横丁 in 千葉寺

日 時：5月8日(水)

13:30～15:00

場 所：ハーモニーホール

参加費：無料(事前お申込)

対 象：どなたでもご参加いただけます。

お申込：HPまたは、お電話にて受け付けます。

加 入 料 無 料
参 加 費 無 料
2024年5月8日(水)
日 時 13:30～15:00 場 所 ハーモニーホール
定 員 80名(先着事前予約制)

幼いころに親しんだ童謡・唱歌・外国民謡や昭和～平成のナツメロ・フォークソングなどをみなさんのリクエストと一緒に歌いましょう。多くの方のご参加をお待ちしております。

お申込・お問合せ
〒260-0844 千葉市中央区千葉寺町1208番地
ハーモニープラザ分館
TEL: 043(420)8001

・ちばでらコミュニティかみしばい

日 時：5月19日(日)

11:00～11:40

場 所：和室2

参加費：無料

対 象：小学生以下と

その保護者

お申込：HP または

お電話にて



参加費 無料
2024年5月19日(日)
日 時 11:00～11:40
場 所 C棟2階和室2

はな いっしょになあれ ・めだかがちきゅうまわりまわり
おとうふさんとぞらめさん ・いたすけおはけ
キリンのキリリゆめ ・アンパンマンとドキンちゃん

お申込・お問合せ
〒260-0844 千葉市中央区千葉寺町1208番地
ハーモニープラザ分館
TEL: 043(420)8001