



〒267-0055 緑区越智町 822-7

電話 043-205-1290

FAX 043-205-1291

## いきいきセンターだより 令和6年5月号

### 越智いきいきセンターとは？

60歳以上の方を対象に、明るく生きがいを高めることを目的として、各種相談、健康増進、教養の向上及びレクリエーション等を行う高齢者のための施設です。

## 令和6年4月より新しく着任いたしました！！

皆様初めましてこの度「越智いきいきセンター」に新しく着任いたしました、**宇治弘典（ウジヒロノリ）**と申します。介護の現場や福祉の営業職を経てこちらに参りました。越智いきいきセンターでは生活相談や体操等を担当致します。入職したばかりですので、どうかご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。



趣味：格闘技観戦

得意分野：老人ホームの種別や介護保険制度  
老人ホームでかかる費用の算定等

### 現在越智いきいきセンターでは利用者様を絶賛募集中です！！

- ① 「生きがい活動」支援通所事業 火曜日～金曜日に欠員があります。  
介護予防を目的として趣味活動や教養講座を行い、楽しく過ごしていただけます。午前、午後、1日の3パターンから時間を選択できお友達作りにもなります！！  
詳細についてはお気軽に窓口までお問い合わせ下さい。
- ② 「越智いきいき体操」第1、第3木曜日 13:30～14:30  
介護予防指導士による体操教室です。普段動かさない場所もしっかりと動かし、転倒予防や介護予防を行いましょう！
- ③ 「越智脳トレ教室」第2、第4火曜日 13:15～14:15  
介護予防の1つとして主に認知症予防に効果があると言われていた頭を使いながら身体を動かす体操を行います。認知症予防に是非ご参加ください！

お問い合わせは 電話 043-205-1290 FAX043-205-1291 までお気軽に！

# 令和6年(2024年) 5月 越智いきいきセンター予定表

電話 043-205-1290

FAX 043-205-1291

## 【ご案内】

ご利用時間：午前9時～午後5時15分

★毎月1日現在の予定です。変更が生じる場合がありますので、詳しくは事務室までお問い合わせ下さい。

☆ご入館時は、住所・年齢確認のため、身分証(いきいきカード等)のご提示をお願いします。

部屋の換気、入館の際に手指消毒をお願いしています。マスクは個々の判断となります。

☆健康相談：○は看護師が午前9時から午後5時15分まで勤務。自動血圧計は毎日ご利用いただけます。

☆お部屋貸し：一般開放につきましては個人利用等でご利用頂けますので、受付でご確認下さい。

☆ロビーは、マッサージ椅子(お一人20分程度)、新聞雑誌等の閲覧が出来ます。

| 日  | 曜 | 主催・共催行事        | 健康<br>相談 | 集会室     |          |     | 教養娯楽室    |      |      | ロビー |
|----|---|----------------|----------|---------|----------|-----|----------|------|------|-----|
|    |   |                |          | 午前      | 午後①      | 午後② | 午前       | 午後①  | 午後②  |     |
| 1  | 水 |                | ○        | ○       | ○        | 同好会 | 生きがい     | 生きがい | 生きがい | ○   |
| 2  | 木 | ボディアクアS・いきいき体操 | ○        | ボディアクアS | いきいき体操   | ○   | 生きがい     | 生きがい | 生きがい | ○   |
| 3  | 金 | ミニボディアクアS      | ○        | ミニボディS  | ○        | ○   | ○        | ○    | ○    | ○   |
| 4  | 土 |                | △        | 同好会     | ○        | ○   | ○        | ○    | ○    | ○   |
| 5  | 日 | ラジオ体操/カラオケ     | ○        | 同好会     | ○        | ○   | ラジオ/カラオケ | 同好会  | ○    | ○   |
| 6  | 月 | ラジオ体操          | ×        | 同好会     | ○        | ○   | ラジオ体操    | 同好会  | ○    | ○   |
| 7  | 火 |                | ○        | 講・歌って健幸 | ○        | ○   | 生きがい     | 生きがい | 生きがい | ○   |
| 8  | 水 |                | ○        | 同好会     | ○        | ○   | 生きがい     | 生きがい | 生きがい | ○   |
| 9  | 木 | ボディアクアS・おおかぶ会  | ○        | ボディアクアS | 講・理学療法士  | ○   | 生きがい     | 生きがい | 生きがい | ○   |
| 10 | 金 | ミニボディアクアS      | ○        | ミニボディS  | ○        | 同好会 | 生きがい     | 生きがい | 生きがい | ○   |
| 11 | 土 |                | △        | 同好会     | 同好会      | ○   | ○        | 同好会  | ○    | ○   |
| 12 | 日 | ラジオ体操/カラオケ     | ○        | 同好会     | ○        | ○   | ラジオ/カラオケ | ○    | ○    | ○   |
| 13 | 月 | ラジオ体操          | ×        | ○       | ○        | ○   | ラジオ体操    | ○    | ○    | ○   |
| 14 | 火 | 脳トレ/ふれあい館脳トレ2  | ○        | 講・3B体操  | 脳トレ教室    | 同好会 | 生きがい     | 生きがい | 生きがい | ○   |
| 15 | 水 |                | ○        | ○       | 講・ヨガピラー  | 同好会 | 生きがい     | 生きがい | 生きがい | ○   |
| 16 | 木 | ボディアクアS・いきいき体操 | ○        | ボディアクアS | いきいき体操   | ○   | 生きがい     | 生きがい | 生きがい | ○   |
| 17 | 金 | ミニボディアクアS      | ○        | ミニボディS  | 講・スマホの基本 | 同好会 | 生きがい     | 生きがい | 生きがい | ○   |
| 18 | 土 |                | △        | 同好会     | ○        | ○   | ○        | ○    | ○    | ○   |
| 19 | 日 | ラジオ体操/カラオケ     | ○        | 同好会     | 同好会      | ○   | ラジオ/カラオケ | 同好会  | ○    | ○   |
| 20 | 月 | ラジオ体操          | ×        | 同好会     | ○        | ○   | ラジオ体操    | 同好会  | ○    | ○   |
| 21 | 火 | ふれあい館脳トレ1      | ○        | 講・歌って健幸 | ○        | ○   | 生きがい     | 生きがい | 生きがい | ○   |
| 22 | 水 |                | ○        | 同好会     | ○        | ○   | 生きがい     | 生きがい | 生きがい | ○   |
| 23 | 木 | ボディアクアS        | ○        | ボディアクアS | 講・理学療法士  | ○   | 生きがい     | 生きがい | 生きがい | ○   |
| 24 | 金 | ミニボディアクアS      | ○        | ミニボディS  | ○        | 同好会 | 生きがい     | 生きがい | 生きがい | ○   |
| 25 | 土 |                | △        | 同好会     | 同好会      | ○   | ○        | ○    | ○    | ○   |
| 26 | 日 | ラジオ体操/カラオケ     | ○        | 同好会     | ○        | ○   | ラジオ/カラオケ | ○    | ○    | ○   |
| 27 | 月 | ラジオ体操          | ×        | ○       | ○        | ○   | ラジオ体操    | ○    | ○    | ○   |
| 28 | 火 | 越智脳トレ教室        | ○        | 講・3B体操  | 脳トレ教室    | 同好会 | 生きがい     | 生きがい | 生きがい | ○   |
| 29 | 水 |                | ○        | ○       | 講・ヨガピラー  | ○   | 生きがい     | 生きがい | 生きがい | ○   |
| 30 | 木 |                | ○        | ○       | ○        | ○   | 生きがい     | 生きがい | 生きがい | ○   |
| 31 | 金 |                | ○        | ○       | 講・スマホの基本 | ○   | 生きがい     | 生きがい | 生きがい | ○   |

※看護師による健康相談につきましては毎週土曜日午前と月曜日終日は看護師不在のためお休みとなります