



土気いきいき センターだより



11 令和6年
月号

地域のシニアの
介護予防・健康増進・仲間づくりを支援します！

いきいきセンターは、千葉市に住所を有する
60歳以上の方が利用できる千葉市の施設です



最新情報をチェック
ホームページはこちら！



4回
講座

誰でもわかる！

囲碁入門

未経験者向けの内容です
初心者・久しぶりの方にも
お勧めです



11/25、12/2・9・16
(月曜日) 13:30～15:30

16名

11/1(金)9:30～10日(日)【要申込・抽選】
窓口、電話、FAXにて申込受付

ポップス名曲コンサート

～時代を越え紡ぐ音と言葉の彩り～

11/23(土) 13:30～15:00



懐かしい昭和ポップス等を
ギター・キーボード・ボーカル
にてお届けします



40名

11/1(金)9:30～【要申込・先着順】
窓口、電話、FAXにて申込受付

野菜足りてる？

共催：緑区健康課
協力：明治安田生命

ベジチェック & 健康相談

11/29(金) 10:00～/10:30～
11:00～/11:30～

野菜の摂取量を手のひらで測定します！
測定後は管理栄養士・保健師に相談できます

30分毎に8名 計32名

11/10(日)9:30～【要申込・先着順】
窓口、電話、FAXにて申込受付



TV ポイントケアルーム

- ・11/14(木) 全日
- ・11/15(金) 15:45～16:30
- ・11/19(火)

いきいきプラザのポイントケアルームを
生中継(オンライン)にて開催します！
夕方にちょっと運動しませんか？



15名 (当日先着順)

申込不要です。直接会場へお越しください

ラジオ体操 & ボッチャ交流会

12/1(日) 10:00～11:30

寒い冬こそ、室内で運動しませんか？
初めての方も経験者も大歓迎！！



16名

11/11(月)9:30～【要申込・先着順】
窓口、電話、FAXにて申込受付

申込
不要

青春うたごえ倶楽部

みんなで歌う、 青春うたごえ



(共催)ちばイキイキ
市民の会

月1回 第1火曜日

11/5(火) 14:00~15:30

次回12/3(火)【開場 13:30】※先着40名程度

ピアノ、アコーディオンの演奏に合わせて歌謡曲など
皆で歌います♪お気軽にお越し下さい

※駐車場の台数が限られているため、公共交通機関をご利用
ください。皆様のご協力をお願いいたします。

ちばシティポイント

はじめました



ちばポ

来館すると
5P獲得!

※ポイント取得には事前にアプリ
での登録が必要です。

活動報告

9/20(金) 恒例!! 秋の爆笑 土気落語会

土気公民館との共催事業として、今年で3回目の開催となりました。
今回もNPO法人フォーエヴァー様にご協力いただきました。

「上野に行かなくてもこんなにすばらしい落語、講談等
聞かれるのはとてもよかった。」

「久しぶりに楽しい時間を過ごしました。ありがとう。」

「次回をまた楽しみにしています。」

など嬉しい感想をたくさんいただきました。

今後も地域の方々が楽しめるイベントを開催していきます!



大好評だった
「渋澤玉スタレ」

e スポーツ

テレビゲームで介護予防!

一般開放日



- ・11月 2日 (土) 14:30~16:30
- ・11月 6日 (水) 14:30~16:30
- ・11月10日 (日) 10:00~11:30
- ・11月18日 (月) 14:00~16:00
- ・11月29日 (金) 14:00~16:00

太鼓、スポーツ・パズルのゲームができます

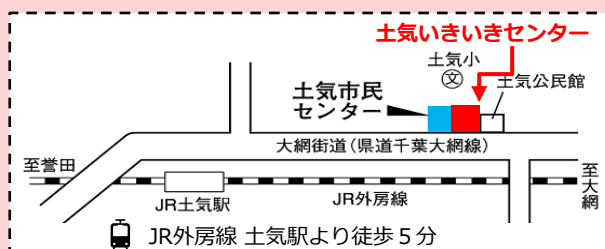
上記の日時に直接ご来館ください。お一人でも、お仲間とでも♪

- ◇当センターは千葉市在住の60歳以上の方が利用できます。
ご利用の際は「住所と年齢」が分かるものをお持ちください。
- ◇駐車場は、土気市民センター・土気公民館と共用のため
台数が限られています。

社会福祉法人 千葉市社会福祉協議会
土気いきいきセンター

千葉市緑区土気町1634 (土気市民センター内)

開館時間 平日・土日・祝 9:00~17:15



TEL 043-205-1000

FAX 043-205-1001