



越

智

巳年

〒267-0055 緑区越智町 822-7
電話番号
043-205-1290

いきいきセンターだより
令和7年1月号

謹賀新年



新年あけましておめでとうございます。昨年は越智いきいきセンターのご利用誠にありがとうございました。2025年も皆様に楽しんでいただけるよう様々な企画を考えておりますので、是非越智いきいきセンターにご来館下さい。

2025年は巳年となります。蛇は古くより再生や永遠の象徴とされていたそうで、蛇の脱皮を「皮を脱ぎ捨て新しく生まれ変わる」姿に例えられたそうです。こうした意味から新しい挑戦や変化に前向きな姿勢を示す年となるようなので、越智いきいきセンターで新しい活動を始めてみるのは如何でしょうか？ご利用お待ちしております！

越智いきいきセンターの部屋利用

越智いきいきセンターでは集会室、教養娯楽室を個人利用者に対して開放しております。卓球の設備もあり自由にご利用いただけます。是非ご自身やご友人との趣味の時間にご利用ください。※部屋の空き状況は越智いきいきセンターへお問い合わせください。

講演会 健美操

身体を動かす体操と免疫力を上げる呼吸法を学び
免疫力の強化と健やかに美しく自分自身を操る、
健康体操です！参加お待ちしております。



場所：越智いきいきセンター 集会室
実施：1月29日 水曜日 10:00~12:00
募集：1月15日 水曜日 9:30より募集開始
千葉市に住所を有する60歳以上の方 先着20名

令和7年(2025年) 1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 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			年始休館						
2	木									
3	金									
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		○	○	○	○	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	ボディケアS・おおかぶ会	○	ボディケアS	講・理学療法士	○	生きがい	生きがい	生きがい	○
10	金	ミニボディケア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	ボディケアS・いきいき体操	○	ボディケアS	いきいき体操	○	生きがい	生きがい	生きがい	○
17	金	ミニボディケア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	○	○	○	○	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	ボディケアS	○	ボディケアS	○	○	生きがい	生きがい	生きがい	○
24	金	ミニボディケアS	○	ミニボディS	○	同好会	生きがい	生きがい	生きがい	○
25	土	「新春落語会」公民館共催	△	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	講演会「健美操」	○	講演会	○	同好会	生きがい	生きがい	生きがい	○
30	木	ボディケアS	○	ボディケアS	○	○	生きがい	生きがい	生きがい	○
31	金		○	○	○	○	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