



土気いきいき センターだより

11 令和
7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！

恒例！秋の爆笑 土気落語会

🕒 11/30(日) 13:30 ~ 15:00

🏠 土気公民館 講堂

👤 千葉市在住60歳以上の方
【抽選】30名

☎ 11/3(月)9:00~8日(土)まで
窓口、電話、FAXにて申込受付
※応募多数時は12日抽選となります。



年に1度の爆笑落語会！
どちらさまも（笑）に
お越しく下さい。

出演：NPO法人フォーエヴァー



ポイントケアルーム

11/6(木) 15:45~16:30

今回のポイントは『筋トレ』編。
当日は理学療法士の指導をライブ
中継します（対面指導は無し）



👤 千葉市在住60歳以上の方 15名

☎ 申し込み不要。
当日、直接お越しください。【先着順】

生きがい活動



支援通所事業

欠員募集中

体操・脳トレ・スポーツレク・制作など
豊富なプログラムと仲間づくりができる

👤 10月~3月 週1回
(火)~(土)のお好きな曜日
10:00~15:00または半日利用

※65歳以上かつ介護認定を受けていない方が対象
参加可能な曜日や時間はお問合せください。

講演会

触って覚える！スマホの基本とLINEの体験



11/25(火)
13:30~15:30



※進行の都合上、スマホはご自身の
ものではなく、講師が用意したもの
を使用します。



年齢不問 定員：20名



11/3(月)9:30~ 【先着順】
窓口・電話・FAXにて受付

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 ※先着40名程度

11/4(火) 14:00~15:30

次回 12/2(火) 【開場 13:30】

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

【活動報告】 弦楽四重奏コンサート

9月27日(土)に、「アンサンブル渚」さんによる「弦楽四重奏コンサート〜ベートーヴェンから昭和の名曲まで〜」を開催しました。

タイトルの通り、どこかで耳にしたことのあるクラシックから歌謡曲までをヴァイオリン、ヴィオラ、チェロのハーモニーで時にしっとり、そして軽やかに届けていただきました。聴衆一同、心地よい音色に包まれながら素敵な時間を過ごせました♪ Thanks ♪



申込不要！自由参加です

健康テレビゲーム 一般開放日

11月16日(日) 14:00~16:00

11月26日(水) 14:30~16:00

直接ご来館ください。お一人でも、お仲間とでも♪



太鼓・スポーツ
パズルのゲームができます

夕方自主体操

毎週土曜日 16:00~16:15

大きいテレビ画面を見ながらラジオ体操や
軽体操をします
週1回の運動習慣に！お出かけ帰りに♪



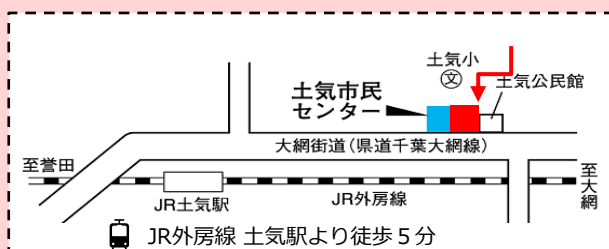
その他、囲碁・将棋・麻雀の道具を貸出しています。空いているお部屋で利用できます！

- ◇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