

令和7年11月号

越

智

いきいきだより



社協が運営しています!!



ホームページはこちら!!



〒267-0055 緑区越智町 822-7

電話番号

043-205-1290

講演会のご案内

11/18
(土)

エンターテインメントダンス

普段とは一味違うエンターテインメント

ダンスで音楽に乗って楽しく

身体を動かしてみませんか?

ダンスは身体の健康維持や

振付を 覚える脳トレにもなります!

是非ご参加ください!



開催日:11月18日(火) 13:00~15:00

募集期間:11月4日(火)9:30 開始

募集人数:20名 先着順

千葉市内に住所を有する60歳以上の方

11/24
(月)

今から考える!老人ホーム講話

元入居相談員だから話せる

老人ホームの費用や

内情を皆様に

お伝えいたします。

「慌てる前に備える」

知識として持っておいて損は

ありません!

是非ご参加ください!



※講師は越智いきいきセンター指導員です

開催日:11月24日(月) 14:00~15:30

募集期間:11月9日(日)9:30 開始

募集人数:20名 先着順

千葉市内に住所を有する60歳以上の方

越智いきいきセンター 活動報告

『いきいき健幸教室』

緑区健康課の専門職の皆様をお招きし、いきいき健幸教室を行いました。

フレイル予防のお話はもちろん、口腔ケアや食事バランス、栄養に関して学べる貴重な機会でした。ご希望が多ければ再度開催しますので、いきいきセンター職員までお声掛け下さい!



『グランドゴルフ大会』

越智小学校子供ルームの方々とコラボして越智いきいきセンターのグランドを活用し、世代間交流事業の一環として「グランドゴルフ大会」を行いました。最初は打つのに苦戦していた子供達もみるみる上達する姿は適応力の凄さを感じさせられました!

子供ルームの皆様、また交流しましょう!!

令和7年(2025年) 11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	土		△	同好会	○	○	同好会	○	○	○
2	日	ラジオ体操/カラオケ	○	同好会	○	○	ラジオ/カラオケ	同好会	○	○
3	月	ラジオ体操	×	同好会	○	○	ラジオ体操	同好会	○	○
4	火		○	○	○	○	生きがい	生きがい	生きがい	○
5	水		○	○	講・ヨガビリー	同好会	生きがい	生きがい	生きがい	○
6	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	○
7	金	ミニボディケア	○	ミニボディケア	講・スマホ	同好会	生きがい	生きがい	生きがい	○
8	土		△	同好会	同好会	○	○	同好会	○	○
9	日	ラジオ体操/カラオケ	○	同好会	○	○	ラジオ/カラオケ	○	○	○
10	月	ラジオ体操	×	ラジオ/同好会	同好会	○	講演とともだち	○	○	○
11	火	脳トレ/ふれあい館脳トレ2/PCR	○	講・3B体操	脳トレ教室	同好会	生きがい	生きがい	生きがいPCR	○
12	水		○	同好会	○	○	生きがい	生きがい	生きがい	○
13	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	○
14	金	ミニボディケア	○	ミニボディケア	○	同好会	生きがい	生きがい	生きがい	○
15	土		△	同好会	×	×	同好会	×	×	×
16	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	○	○
17	月	ラジオ体操	×	同好会	○	○	ラジオ体操	同好会	○	○
18	火	講演会/ふれあい館脳トレ1	○	○	講演会「エンターテイメントダンス」		生きがい	生きがい	生きがい	○
19	水		○	○	講・ヨガビリー	同好会	生きがい	生きがい	生きがい	○
20	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	○
21	金		○	講・スンバ	講・スマホ	同好会	生きがい	生きがい	生きがい	○
22	土		△	同好会	同好会	○	○	○	○	○
23	日	ラジオ体操/カラオケ	○	同好会	○	○	ラジオ/カラオケ	○	○	○
24	月	ラジオ/講演会「老人ホーム講話」	×	同好会	同好会	講演会	ラジオ体操	○	○	○
25	火	越智脳トレ教室/PCR	○	講・3B体操	脳トレ教室	同好会	生きがい	生きがい	生きがい	○
26	水		○	同好会	○	○	生きがい	生きがい	生きがい	○
27	木	ボディケアS	○	ボディケアS	講・理学療法士	○	生きがい	生きがい	生きがい	○
28	金	ミニボディケア	○	ミニボディケア	○	同好会	生きがい	生きがい	生きがい	○
29	土		△	○	○	○	○	○	○	○
30	日	ラジオ体操/カラオケ	○	○	○	○	ラジオ/カラオケ	○	○	○

※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