



土気いきいき センターだより



12 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！



土気いきいきセンター

どなたでも
観覧可

12/21
(日)

フェスティバル

10:00~12:00 学習発表会

同好会・福祉講座の活動成果を発表します
会員募集をしている団体でもでの、いきいき
センター初めての方のご観覧もオススメです！

<今年度は5つの団体が登場！>

- ・気功同好会
- ・詩吟同好会
- ・シニアズンバHope
- ・コールデイジー
- ・みんなで歌う叙情歌

*午後は昭和歌謡演奏会
を行います。要予約



12/15(月)PM~21(日) 作品展示会

同好会や団体の作品を展示します
団体の他に、個人作品も多数ございます
ロビーで行うので気軽に観覧できます♪

<出展団体>

- ・水彩画・楽彩会
- ・なずなの会(手芸)
- ・パソコン同好会
- ・やさし〜ど(書道)



↑ 昨年の作品展示

世代間交流

書初め



12/26(金) 13:00~14:30

小中学生の皆さんは冬休みの宿題に！
大人の方は1年の締めくくりにいかがですか？

書道セット一式

12名 小学生以上の方

12/1(月)9:30~ 【要申込・先着順】
窓口、電話、FAXにて申込受付

お正月の

フラワーアレンジメント

12/27(土) 10:00~11:30

華やかなフラワーアレンジメントで
ステキなお正月を迎えませんか？

材料費1,000円、筆記用具

16名 60歳以上の方 ※写真は
イメージです

12/1(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

12/2(火) 14:00~15:30

次回1/6(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。

理学療法士の体操をライブ配信

ポイントケアルーム



12/5, 26(金) 筋トレ編

12/9(火) ストレッチ編

いずれも15:45~16:30

今回のポイントは「筋トレ」と「ストレッチ」です。(中継のため対面指導は無し)



15名 千葉市在住60歳以上の方



申込不要。

当日、直接お越しください【先着順】

センターフェスティバル記念

昭和歌謡演奏会 ♪

12/21(日曜日)

13:30~14:30



30名 市内に住所を有する方



11/26(水)9:30~【先着順】
窓口、電話、FAXにて申込受付

懐かしの昭和歌謡の演奏に合わせて、参加者
みんなで一緒に歌唱を楽しみましょう!

演奏:

やまぼうしたすけあいの会 『ISEKI (イセキ)』
緑区の公民館等で活動をしています。

【予定曲】恋の季節・見上げてごらん夜の星を 他

※変更になる場合があります。

健康 テレビゲーム 一般開放日

テレビゲームで介護予防!



・12月7日(日) 14:00~16:00

・12月16日(火) 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♪

年末年始 12/29(月)~1/3(土)は休館いたします

本年は大変お世話になりました。来年もどうぞよろしくお願いいたします

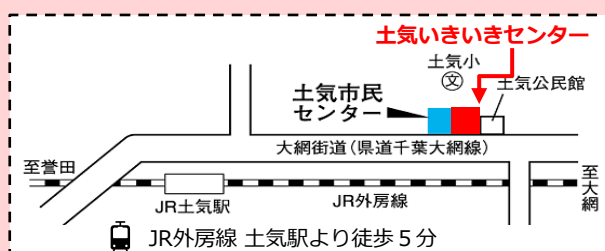


- ◇当センターは千葉市在住の60歳以上の方が利用できます。
ご利用の際は「住所と年齢」が分かるものをお持ちください。
- ◇駐車場は、土気市民センター・土気公民館と共用のため
台数が限られています。

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