

令和8年3月号

越

智



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

いきいきだより

理学療法士の体操

3/5
(木)

理学療法士の専門的な体操で
体力維持、強化に
挑戦してみませんか?
今回のテーマはずばり・・・
「転倒予防」です!
転倒予防に大切な知識と運動を
教わります!



実施日:3月5日(木)13:00~15:00
募集開始日:2月19日(木)9:30
定員:20名 先着順
条件:千葉市内に住所を有する60歳以上の方

3/7
(土)

フラワーアレンジメント 体験教室

昨年初めて講演会で実施し
大変好評でした
フラワーアレンジメント体験教室を
開催いたします。



今回も季節のお花を
講師の先生が
ご用意くださいますので、
是非体験してください!!

実施日:3月7日(土)13:30~15:00
募集開始日:2月21日(土)9:30
定員:20名 先着順
条件:千葉市内に住所を有する方
※申込時もしくは実施の5日前までに
花代500円をお預かりします

音とともだち

3/9
(月)



声を出して楽しく Singing♪
皆で季節の歌や懐かしい歌を
歌いませんか?
楽しく歌うと、お口の健康維持にも
役立ちます!

実施日:3月9日(月)10:00
募集開始日:2月23日(月)9:30
定員:20名 先着順
条件:千葉市内に住所を有する60歳以上の方

3/14
(土)

世代間交流 バスクラリネットコンサート

一昨年大変好評を頂きました、
バスクラリネットグループ
「ラス・クラリネーテス」様を
お招きし、季節の曲、懐かしい曲を
演奏していただきます!
素敵な音色に包まれる
素敵な時間を過ごしませんか?



実施日:3月14日(土)13:00 開場
13:30 開始~15:30
募集開始日:3月2日(月)9:30
定員:50名 先着順
条件:千葉市内に住所を有する方

令和8年(2026年) 3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に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	日	ラジオ体操/カラオケ	○	同好会	○	○	ラジオ/カラオケ	同好会	○	○
2	月	ラジオ体操	×	同好会	○	○	ラジオ体操	同好会	○	○
3	火		○	○	○	○	生きがい	生きがい	生きがい	○
4	水		○	○	○	同好会	生きがい	生きがい	生きがい	○
5	木	ボディケアS・講演会	○	ボディケアS	講演会「理学療法士の体操」		生きがい	生きがい	生きがい	○
6	金	ミニボディケア	○	ミニボディケア	講・スマホの基本	同好会	生きがい	生きがい	生きがい	○
7	土	講演会	△	同好会	講演会「フラワーアレンジメント」		同好会	○	○	○
8	日	ラジオ体操/カラオケ	○	同好会	○	○	ラジオ/カラオケ	○	○	○
9	月	ラジオ体操/講演会	×	「音とともだち」	○	○	ラジオ体操	○	○	○
10	火	脳トレ/ふれあい館脳トレ2	○	○	脳トレ教室	同好会	生きがい	生きがい	生きがい	○
11	水		○	同好会	○	○	○	○	○	○
12	木	ボディケアS/おおかぶ会	○	ボディケアS	○	○	生きがい	生きがい	生きがい	○
13	金		○	ミニボディケア	○	同好会	生きがい	生きがい	生きがい	○
14	土	ホワイトデー音楽会	△	同好会	「ラスクラリネータスコンサート」		-	同好会	-	-
15	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	○	○
16	月	ラジオ体操/生きがい全体会	×	同好会	「アセットコルサ」		ラジオ体操	同好会	○	○
17	火	ふれあい館脳トレ1	○	○	○	○	生きがい	生きがい	生きがい	○
18	水		○	○	○	同好会	生きがい	生きがい	生きがい	○
19	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	体幹体操	生きがい	生きがい	生きがい	○
20	金		○	ミニボディケア	○	同好会	生きがい	生きがい	生きがい	○
21	土		△	同好会	○	○	同好会	○	○	○
22	日	ラジオ体操/カラオケ	○	同好会	○	○	ラジオ/カラオケ	○	○	○
23	月	ラジオ体操	×	同好会	同好会	○	ラジオ体操	○	○	○
24	火	越智脳トレ教室	○	○	脳トレ教室	同好会	生きがい	生きがい	生きがい	○
25	水		○	同好会	○	○	生きがい	生きがい	生きがい	○
26	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	○
27	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	○
28	土		△	同好会	同好会	○	○	○	○	○
29	日		○	○	○	○	ラジオ/カラオケ	○	○	○
30	月		×	○	○	○	生きがい	生きがい	生きがい	○
31	火		○	○	○	○	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