

令和 8 年 9 月号



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

越智いきいきセンター（老人福祉センター）とは・・・

越智いきいきセンター（老人福祉センター）は地域の高齢者が住み慣れた場所で、『自分らしく』『いきいきと生活』出来るように、介護予防やフレイル予防を支援する施設です。

講演会

健康テレビdeスポーツ

健康テレビゲームで楽しくレクリエーション！
メジャースポーツを手軽に体験！
皆で盛り上がりましょう！



講演会名：健康テレビ de スポーツ
実施日：9月19日(土)13:30～14:30
定員：10名（先着順）
募集期間：9月5日(土) 9:30 受付開始
千葉市に住所を有する60歳以上の方

年齢不問!

世代間交流 ソフトバンクスマホ教室

今回のテーマは
「さわって覚える！スマホの基本と詐欺対策」
詐欺が多い今だからこそ、
対策を取りましょう！



講演会名：
さわって覚える！スマホの基本と詐欺対策
実施日：9月30日(水)13:30～15:30
定員：20名（先着順）
募集期間：9月16日(水)9:30 受付開始
千葉市に住所を有する方

越智いきいき体操

1時間の簡単な体操！
介護予防、転倒予防へ向けた体操をします！



講演会名：越智いきいき体操
実施日：毎月第1・3木曜日
13:30～14:30 初回10月1日(木)
定員：20名（定員を超えた場合は抽選）
募集期間：9月11日(金)～9月18日(金)
抽選日：9月22日(火)9:30 予定
千葉市に住所を有する60歳以上の方

越智脳トレ体操

脳トレ体操で楽しく、
身体操作と認知症予防をしましょう♪



講演会名：越智脳トレ体操
実施日：毎月第2・4火曜日
13:15～14:15 初回10月13日(火)
定員：20名（先着順）
募集期間：9月29日(火)9:30 受付開始
千葉市に住所を有する60歳以上の方

令和8年(2026年) 9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	火		○	○	○	○	通いの場	通いの場	通いの場	○
2	水		○	○	講・ヨガビリー	同好会	通いの場	通いの場	通いの場	○
3	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	○	○	○	○	○
4	金	ミニボディケア	○	ミニボディケア	講・PCとスマホ	同好会	通いの場	通いの場	通いの場	○
5	土	シニアリーダー体操	○	同好会	○	シニアリーダー	同好会	講・健康麻雀	○	○
6	日	ラジオ体操/カラオケ	○	同好会	○	○	ラジオ/カラオケ	同好会	○	○
7	月	ラジオ体操	×	同好会	○	○	ラジオ体操/(講) 音ともだち	同好会	○	○
8	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	通いの場	通いの場	通いの場	○
9	水		○	同好会	○	○	通いの場	通いの場	通いの場	○
10	木	ボディケアS/おおかぶ会	○	ボディケアS	○	○	○	○	○	○
11	金		○	講・骨盤体操	○	同好会	通いの場	通いの場	通いの場	○
12	土		○	同好会	同好会	○	○	同好会	○	○
13	日	ラジオ体操/カラオケ	○	同好会	○	○	ラジオ/カラオケ	○	○	○
14	月	ラジオ体操	×	同好会	同好会	○	ラジオ体操	○	○	○
15	火	ふれあい館脳トレ1	○	○	○	○	通いの場	通いの場	通いの場	○
16	水		○	○	講・ヨガビリー	同好会	通いの場	通いの場	通いの場	○
17	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	○	通いの場	通いの場	通いの場	○
18	金	ミニボディケア	○	ミニボディケア	○	同好会	通いの場	通いの場	通いの場	○
19	土	シニアリーダー体操	○	同好会	○	シニアリーダー	同好会	講・健康麻雀	○	○
20	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	○	○
21	月	ラジオ体操	×	同好会	○	○	ラジオ体操	同好会	○	○
22	火	脳トレ教室	○	○	脳トレ教室	同好会	○	○	○	○
23	水		○	同好会	講・エンターダンス	○	○	○	○	○
24	木	ボディケアS	○	ボディケアS	○	○	○	○	○	○
25	金	ミニボディケア	○	ミニボディケア	○	同好会	通いの場	通いの場	通いの場	○
26	土		○	同好会	同好会	○	○	○	○	○
27	日	ラジオ体操/カラオケ	○	同好会	○	○	ラジオ/カラオケ	○	○	○
28	月	ラジオ体操	×	同好会	同好会	○	ラジオ体操	○	○	○
29	火		○	○	○	○	通いの場	通いの場	通いの場	○
30	水	講演会「PT体操」 世代間「スマホ教室」	○	講演会	世代間「スマホ教室」		通いの場	通いの場	通いの場	○

※看護師による健康相談につきましては、毎週月曜日は看護師不在のためお休みとなります