土気いきいきセンターだより

令和8年 11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!

講演会

総泉病院　連携（健康講座）
理学療法士による『血管いきいき体操』



日時：11/16（月）
10:00～11:00

千葉市に住所を有する60歳以上の方
定員：20名

申込：11/2（月）9:30～【要申込・先着順】
窓口、TEL、FAXにて受付

ソフトバンク　スマホ講演会
『触って覚える！スマホの基本とLINEの体験』



日時：11/16（月）
13:30～15:30

千葉市に住所を有する60歳以上の方
定員：16名

申込：11/4（水）9:30～【要申込・先着順】
窓口、TEL,FAXにて受付

12/20（日）土気いきいきセンター センターフェスティバル

どなたでも閲覧可

学習発表会　10:00～12:00
12/14（月）PM～20日（日）作品展示会

“津軽三味線”演奏会



演奏者・SOU

日時：12/20（日）
13:30～15:30

千葉市に住所を有する60歳以上の方
定員：40名

予告

申込日は
センターだより
12月号にて
お知らせします！

世代間交流
『書き初め』



日時：12/26（土）
9:30～11:30

書道道具一式・用紙・新聞紙
お手本（一点のみ）

千葉市に住所を有する　小学生以上の方
定員：12名

お正月の フラワーアレンジメント



写真はイメージです

日時：12/27（日）
10:00～11:30

材料費1,000円、筆記用具

千葉市に住所を有する60歳以上の方
定員：16名

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

＊11月はお休みです！
次回12/1（火）開催!!

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】8/26（水）
土気中学校吹奏楽部　演奏会



素晴らしい演奏　パフォーマンスありがとうございました!!

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　9日(月)　10:00～11:30
11月28日(土)　14:30～16:00



直接ご来館ください！
お一人でも、お仲間とでも♪

夕方自主体操

毎週土曜日　16:00～16:15

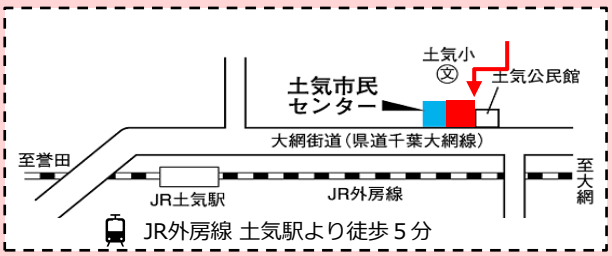
大きいテレビ画面を見ながらラジオ体操や
軽体操をします！
週1回の運動習慣に！お出かけ帰りに♪





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