

令和 8 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

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

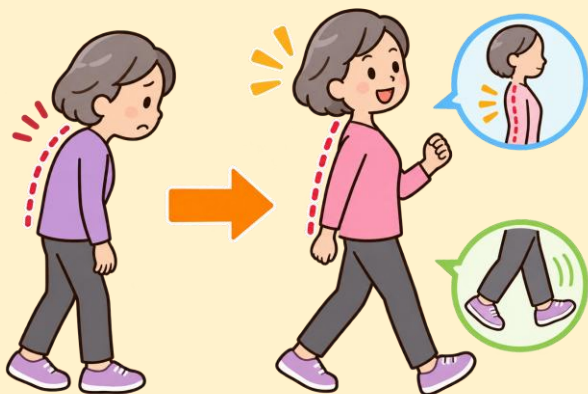
介護予防講演会「姿勢と歩行改善」

あなたは正しい姿勢で歩けていますか？

姿勢と歩行を見直してみましょう！

実例を交えながら、姿勢と歩行に関する講演会を行います！

是非ご参加ください！



講演会名：姿勢と歩行改善

実施日：11月21日(土)13:00～15:00

定員：20名（先着順）

募集期間：11月7日(土)9:30 受付開始

※千葉市に住所を有する60歳以上の方

越智小学校子供ルーム交流会

越智小学校の子供ルームと交流会をします！

「千葉市療育センターふれあいの家」より

理学療法士が来館し、

車いす体験会を行います！



講座名：越智小学校子供ルーム交流会
車いす体験会

実施日：11月17日(火)14:00～15:00

定員：10名 先着順

募集期間：11月3日(火)9:30 受付開始

※千葉市に住所を有する60歳以上の方

越智小学校4年生交流会

今年も越智小学校4年生が

越智いきいきセンターへ来館します！

小学生と一緒に歌やレクリエーションを

楽しみ、素敵な時間にしましょう！



講演会名：越智小学校4年生交流会

実施日：11月27日(金)

定員：15名 先着順

募集期間：11月13日(金)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) 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	日	ラジオ体操/ほのぼの空間	○	同好会	ほのぼの空間	○	ラジオ/カラオケ	同好会	○	○
2	月	ラジオ体操	×	同好会	○	○	講・音とともだち	同好会	○	○
3	火		○	○	○	○	○	○	○	○
4	水		○	○	講・ヨガビリー	同好会	通いの場	通いの場	通いの場	○
5	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	○	○	○	○	○
6	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	○
7	土		○	同好会	○	シニアリーダー体操	同好会	講・健康麻雀	○	○
8	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	○	○
9	月	ラジオ体操	×	○	○	○	ラジオ体操	○	○	○
10	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	○
11	水		○	同好会	○	○	通いの場	通いの場	通いの場	○
12	木	ボディケア S/おおかぶ会	○	ボディケア S	○	○	○	同好会	○	○
13	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	○
14	土		○	同好会	同好会	○	○	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	×	同好会	○	○	ラジオ体操	同好会	○	○
17	火	ふれあい館脳トレ/ 子供ルームとの交流	○	講・歌って健康	○	世代間・子供ルーム	通いの場	通いの場	通いの場	○
18	水		○	講・奏筆	講・ヨガビリー	同好会	通いの場	通いの場	通いの場	○
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	○	通いの場	通いの場	通いの場	○
20	金	ミニボディケア	○	ミニボディケア	○	同好会	○	○	○	○
21	土	ほのぼの空間		同好会	ほのぼの空間	シニアリーダー体操	同好会	講・健康麻雀	○	○
22	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	○	○
23	月	ラジオ体操	×	同好会	○	○	ラジオ体操	○	○	○
24	火	越智脳トレ教室	○	講・3B体操	脳トレ教室	同好会	通いの場	通いの場	通いの場	○
25	水		○	同好会	エンターテイメント	○	通いの場	通いの場	通いの場	○
26	木	ボディケア S	○	ボディケア S	○	○	○	同好会	○	○
27	金	ミニボディケア/ 越智小との交流	○	世代間・越智小	○	同好会	通いの場	通いの場	通いの場	○
28	土		○	同好会	同好会	○	○	○	○	○
29	日	ラジオ体操/カラオケ	○	○	○	○	ラジオ/カラオケ	○	○	○
30	月	ラジオ体操	×	○	○	○	ラジオ体操	○	○	○

※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