

# 中央区立敬老館 いきいき勝どきだより

中央区在住で  
満60才以上の方

新規利用登録随時受付中

※敬老館ご利用は登録が必要です。

こころ粹！ 生き！

KEIROUKAN

令和5年4月  
第141号

勝どき健康作り講座

4/21(金)15:00～ 当日先着20名  
『かんたんキレイ好印象メイクセミナー』

おとしより相談センター  
出前講座

4/14(金)11:10～当日先着20名  
『認知症について』

勝どき健康セミナー

4/27(木)14:30～ 当日先着20名  
『みんなで免疫力アップ』

🌸4月 申込 先着順 講座🌸 3月22日申込開始🌸

★初めてのスマートフォン 4/5(水)4/12(水)4/19(水)4/26(水)11:00～12:00  
(各回複数参加可)

★スマホ・パソコン相談 4/13(木)4/20(木)10:00・13:00・14:00 (月1回)

🌸4月 申込講座🌸 3月22日申込開始🌸

★かんたんスマホ講座 4/14(金)・4/28(金)15:00～16:30 (月2回参加)



4月開始抽選講座の結果発表 3月22日(水) 申込期間3/1～3/14

抽選結果は館内に掲示します。必ずご自分でご確認くださいスタッフにお伝えください。

4月1日からの 当日 先着順講座のご案内

- 朝の粹トレ ■みんなで響こう ■楽しく歌おう ■合唱 ■いきいき教室 (音楽)
- いきいき運動 ■男性諸君！元気に歌おう
- 手話講座 ■おもてなしイングリッシュ ■囲碁教室 ■楽しく、ボッチャ！
- TVゲームでボウリング

ご不明な点等ございましたらスタッフにご確認ください！



なお、実施内容は社会情勢により変更となる場合がありますので、予めご了承くださいませお願いいたします。



定員30名、当日先着順申込みです！

シネマ上映会 第13弾  
4月2日(日) 開演 15時10分～

タイトル 大草原の渡り鳥

出演 小林旭・浅丘ルリ子



シマ上映会 第14弾  
4月16日(日) 開演 15時10分～

タイトル 銀座の恋の物語

出演 石原裕次郎・浅丘ルリ子



遠藤館長より 御挨拶

敬老館利用者の皆様へ

4月から新しい館長近藤に交代いたします。私は約10年勝どき敬老館の仕事に携わらせていただきました。その間講座やイベントの企画等、敬老館運営という新しい多くの経験をさせていただきました。どれも楽しく、新鮮なもので有意義な時間となりました。それもひとえに利用者皆様のご協力のおかげだと思っています。ありがとうございます。加えて、職員スタッフ、多くの関係部署、近隣施設の方々に恵まれて勤めてこられたと思います。重ねて感謝しております。

新しい館長近藤、新たに着任します副館長安藤を引き続きよろしく申し上げます。皆様の益々のご健勝をお祈りいたします。



<近藤新館長より ひとこと>

4月の和名は「卯月(うづき・うつき)」と読みます。由来は、ウツキの花である「卯の花」が咲く季節だからという説が有力だそうです。暖かくなり外に出て歩くのが気持ちいい季節となりました。こんな時、普段歩き慣れた道と違う通りを歩いてみる。足を延ばして少し先まで行ってみると、新しいお店ができていたり気づかなかった景色に触れたり新しい発見に出会って少し得をした気分になりますね。敬老館では、月曜日と木曜日から土曜日の朝、「粹なまちトレーニング」の体操を行っています。朝の散歩がてら身体を動かすことを習慣としてみては如何でしょうか。



<発行者>

指定管理者 アクティオ株式会社

いきいき勝どき

(中央区立勝どき敬老館)

〒104-0054 中央区勝どき1-5-1

TEL:03-3531-3258

<http://www.chuo-keiroukan.jp>

いきいき勝どき  
ホームページ

