

いきいき勝どきだより

令和6年
2024年

1
月号

こころ粹! 活き!

第150号

中央区立敬老館

中央区在住、60歳以上対象の施設です
新規利用登録 随時受付中

新春のつどい

新春透透

1月19日(金曜日)13時00分~15時00分

出演

- 透透・云遊亭 彩大
- 獅子舞・壽あんどん宣伝社
- 紙芝居・壽あんどん宣伝社



定員:60名 ★事前申込先着順 1月4日(木曜日)より受付開始

1月 先着順申込講座 募集申込受付開始

12月20日(水)-12月26日(火) 抽選結果発表12月28日(木)

人生100年時代終活と相続 スマホ/パソコン相談

▲かんたんスマホ教室

※スマートフォン相談会 ※LINEお試し体験会

※TVゲームでボウリング

※印:複数回参加可能

▲印:申し込み多数の場合抽選になります

尚、結果は館内に掲示します。

必ずご自分で結果を確認お願い致します。



休館日12月29日(金曜日)~1月3日(水曜日)

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、予めご了承いただけますようお願いいたします。

勝どき健康セミナー

『骨粗鬆症について』

※開催日: 1月25日(木曜日)

※時間 14時40分~15時10分

※内容: 骨を強くする食生活のお話など。

■当日先着順



人生100年時代終活と相続

『相続・終活の落とし穴』

★事前先着順申込

そんなつもりじゃなかった!
相続・終活の落とし穴。



※開催日: 1月5日(金曜日)

※時間: 15時~16時30分

※内容: これまでに関わった事例をご紹介します。

当日皆様のご質問にお答えします!

転倒予防教室

接骨院・整骨院(ほねつぎ)の先生による
転倒予防教室

■当日先着順(30名)

接骨院・整骨院(ほねつぎ)の先生による転倒予防教室です。

*開催日: 1月7日(日曜日)

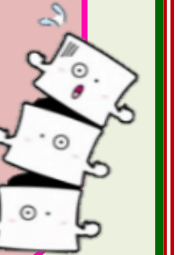
*時間: 10時~11時30分

※受付開始は9時30分

*内容: 講義

体力測定

イスに座って行う体操



リサイクルデー開催!



出品受付1月15日~1月25日

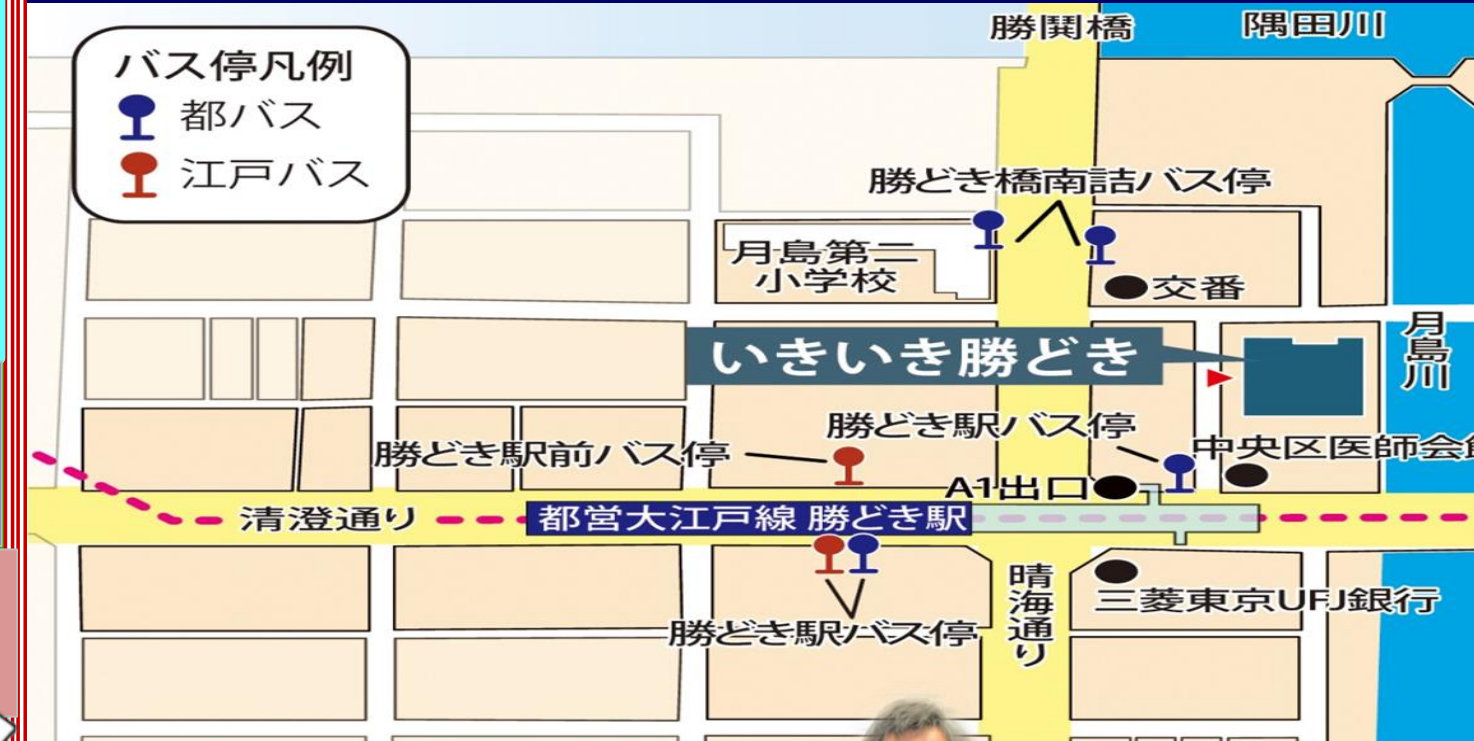
品物展示1月26日~2月1日

投票期間1月26日~2月1日

抽選・引き取り2月3日



いきいき勝どき(勝どき敬老館)案内図



いきいき勝どき 自主サークル

ハンドベル: ベル第2・4月曜日10:30~12:00

女性コーラス: うた輪ね月曜日13:30~14:30

ウクレレ: いきいきマハロ第1・3水曜日13:00~14:30

カラオケ: ひまわり会 毎週水曜日9:30~11:30

オカリナ: ハッピーメロディ: 第1金曜日9:30~11:30

ハンドベル: ベルバラ: 第2, 4金曜日10:30~12:00

活動希望の方は受付迄お問合せください!

<館長より ひとこと>

1月は旧暦で睦月(むつき)と言われ、人が集まって宴を催すとされています。また英語のJanuaryは、ローマ神話の出入り口とドアの神ヤヌスにちなみ、年の入り口にあたることから、ヤヌスの月となったそうです。1月はスポーツイベントがたくさん開催されます。全日本実業団駅伝(1/1)、東京箱根間往復大学駅伝競走(1/2,3)、全国高等学校サッカー選手権大会や、大相撲一月場所(初場所)など盛りだくさんです。今年は元旦にサッカー日本代表がタイ代表と戦います。それぞれのスポーツを応援してみてもいいでしょう。

<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

