

いきいき浜町だより

令和8年
2026年

2 月号

こころ粹! 生き!

中央区在住、60歳以上対象の施設です

中央区立敬老館

新規利用登録 随時受付中

~2月度 催し物のご案内~

バレンタインイベント 青木エリ子 & 三田杏華

歌謡ショー

2月7日(土)

14:00 開演 (13:30 開場)

定員: 60名 (申込先着順)

1月17日(土)から申込受付



【お知らせ】

3月運動系講座申込受付 → 2月8日(日) 朝9時より (先着順、電話・代筆申込不可)

■「映画鑑賞会」・「いきいき健康麻雀(自主練習)」2月分 → 1月20日(火)から受付(先着順)

■「向日葵さんのピアノ教室」・「田所先生のピアノ教室」2月分
→ 1月20日(火)から受付(先着順) <いずれも隔月での受講>

■「スマホちょこっと体験会」2月分 → 2月1日(日)から受付(定員8名、先着順)

■「フラダンス講習会」2月23日(月)13時 → 講師都合により2月2日(月)13時に変更

★映画鑑賞会★

- 南海の劫火
2月1日(日) 9:30~ (上映時間101分)
- 白銀の嶺
2月15日(日) 9:30~ (上映時間98分)
- 紫の平原
2月22日(日) 9:30~ (上映時間101分)
定員: 各30名(申込先着順)
1月20日(火)から申込受付

健康づくり & フレイル予防

~脂質異常症について~
■中央区福祉保健部介護保険課保健師

2月4日(水)
10:30~11:30
定員: 24名
当日申込先着順

健康推進講座 (明治安田)

介護: フレイル予防実習編
フレイル予防のための
行動計画を立てよう!

2月18日(水)
10:30~11:30
定員 24名
(当日申込先着順)

血管年齢測定会
11:30~12:00
いきいき浜町 教養室
定員 24名

歯ッピーすまいる講座

講師 加藤弘文先生
ドライマウス
~お口のかわき、気になりませんか?~
2月5日(木)
14:00~15:00
定員: 24名
当日申込先着順

江戸城クイズ ~さあ、あなたは何問正解でしょうか~ (正解は3月号で)

- Q1. 江戸城(外堀も含む)に城門はいくつあるでしょう?
- Q2. 城門の名前にもなっている三家はどこでしょう?
- Q3. 家康、秀忠、家光の天守閣で一番高さがあるのは?
- Q4. 後世の発掘調査で人柱の痕跡が発見された櫓はなに櫓?
- Q5. いわゆる「二重橋」の正式名称はどんな名前でしょう?



いきいき浜町(浜町敬老館)案内図



<館長よりひとこと>

厳しい寒さが続きますが、2月の声を聞くと、そろそろ春の気配を感じる頃でもあります。暖くなるのは良いのですが、やっかいなのが花粉です。花粉症は発症した人でなければ分からない辛さがあります。特に花粉の季節の始まりには発熱したりするため、他の病気を疑ったりします。私は逆に風邪なのに花粉症と勘違いして、寝込んだりしたこともあります。風邪には効果のあるマスクも、花粉には全く太刀打ちできません。私と同じ思いを感じている人もきっと多いのではないのでしょうか?

<発行者>

指定管理者 アクティオ株式会社
いきいき浜町
(中央区立浜町敬老館)

〒103-0007 中央区日本橋浜町3-37-1
浜町会館2階

TEL: 03-3669-3385
http://chuo-keiroukan.jp

ホームページはこちら

