

いきいき勝どきだより

中央区在住、60歳以上対象の施設です

令和8年
2026年

1

月号

こころ粹！生き！

中央区立敬老館

新規利用登録 随時受付中

1月のおすすめ

いきいき勝どき

新春のつどい

いきいき勝どきで初笑ひ！

笑う門には福来る！今年一年の皆さまのご
多幸・ご健勝をお祈り申し上げます。

今年も穏やかな一年を

【出演】

金原亭馬生
金原亭馬吉

1月16日(金)

開場13:00開演13:30

【定員先着60名】1月4日(日)より受付開始

いきいき勝どき
シネマ上映会



「男はつらいよ」
～噂の寅次郎～
1月10日(土)
14:00-16:00
当日先着30名



「MR.ビーン」
～学校へ行く 他～
1月12日(月・祝)
13:20-14:30
当日先着30名

「タイトル未定」
決定次第館内
掲示
1月25日(日)
15:00-16:30
当日先着30名

予告

リサイクルデー 開催

ご自宅の「未使用」「新品同
様」で使わない物があれば！
サイクルしませんか？

2月9日(月)～
出品受付開始予定

●お一人様 3点まで●



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ようお願いします。

いきいき勝どきセミナーのご案内

☆健康推進講座/明治安田生命

今月のテーマ

『フレイル予防/学習編』

1月30日(金)15:00-16:00

【定員20名】

12月22日(月)～事前申込先着順

☆終活セミナー(人生100年)/FPパートナー

今月のテーマ

『伝えよう！遺言で紡ぐ 自分の想い』

1月9日(金)15:00-16:00

【定員20名】

12月22日(月)～事前申込先着順

■みのり薬局健康セミナー

今月のテーマ

『免疫力アップ』

1月22日(木)14:40-15:10

【定員20名】

当日受付先着順

■～FREE DAM～ オンラインコンサート

1月21日(水)14:00-15:00

【定員20名】

当日受付先着順

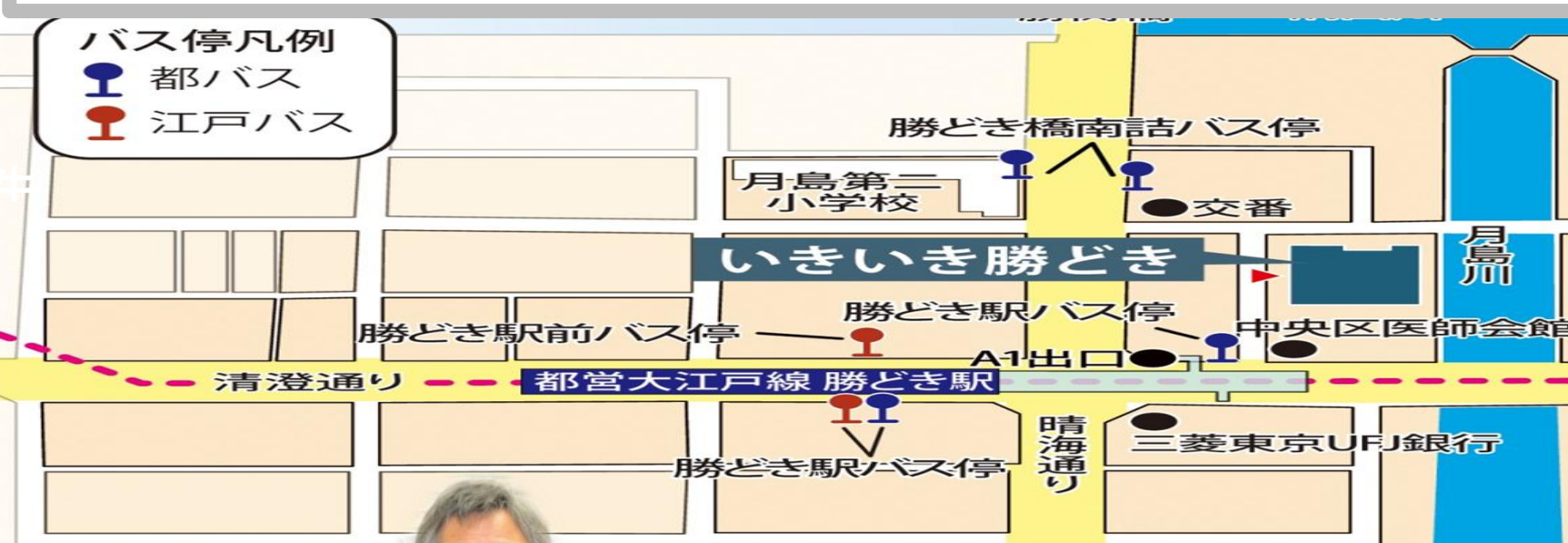
【1月先着申込み講座】 12月22日(月)より受付開始

☆パソコン/スマホ相談 ☆食のセミナー/田辺薬局

☆LINEお試し体験会/①入門クラス②経験者クラス ☆健康推進講座/明治安田生命

☆いきいきナンプレ/①初心者向け②中級者向け ☆終活セミナー(人生100年)/FPパートナー

☆ダンス！ダンス！ダンス！ ☆TVゲーム(ボウリング)



＜館長より ひとこと＞

1月は睦月です。元日から走る競技の全日本実業団駅伝(群馬)、2日、3日は東京箱根間往復大学駅伝競走、全国都道府県対抗女子駅伝(京都)、全国都道府県対抗男子駅伝(広島)、最後は大阪国際女子マラソンです。また球技も、全国高等学校ラグビーフットボール大会、全国高等学校サッカー選手権大会、全国大学ラグビーフットボール選手権大会、大相撲一月場所、全日本卓球選手権大会など目白押しです。敬老館には現役で活躍されている方もおり、昔の現役の方もトップアスリートから大いに刺激をもらいしょう。



＜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-keiyoukan.jp>

いきいき勝どき
ホームページ

