

# いきいき浜町だより

令和8年  
2026年

# 6

月号

こころ粹！活き！

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



## ～6月度 催し物のご案内～

### パタカラ音頭 と昭和歌謡

講師・出演  
サッチー

6月27日(土)

開演 10:30 (開場 10:00)  
いきいき浜町 大広間  
50名(申込先着順)



6月17日(水)から申込受付

### 健康推進講座 (明治安田)

女性のための「健康づくり応援」講座  
「がん」からわたしの未来を守る3つのポイント  
予防・治療・費用の備え

6月17日(水) 10:30～11:30

いきいき浜町 教養室 定員24名  
(当日申込先着順)

次回の血管年齢測定会・ベジチェック測定会  
は7月15日(水)11:30～12:00で実施します。

### 映画鑑賞会 13:00～教養室

(以下6回すべて)

- 6月5日(金) 卒業 (上映時間105分)
- 6月13日(土) 地上最大のショウ (上映時間152分)
- 6月19日(金) 明日に向かって撃て (上映時間110分)
- 6月27日(土) スタア誕生 (上映時間154分)
- 6月29日(月) ドクトルジバゴ (上映時間197分)
- 6月30日(火) 雨に唄えば (上映時間103分)

定員:各24名(申込先着順)  
5月20日(水)から申込受付



### 歴史探索教室

■中央区の歴史を様々な角度から  
探索してお話しします。  
日本橋、銀座、築地などの古き  
良き中央区のお話が満載です。

6月28日(日)10:30～

いきいき浜町 教養室 定員24名  
(当日先着順)

講師: 天野 譯博 先生  
(中央区 文化財サポーター)

### 「懐かしの銀座」

～柳・カフェ・キャバレー・夜店～



## いきいき浜町(浜町敬老館)案内図



### 江戸物語

<資料提供> しのつか いさむ様 (当館「歴史探索」講座、担当講師・マッサージ施術師)

#### ■江戸っ子のライフスタイル(基本は三ない主義)

- ①物は持たない→生活空間が狭い、火事が多いから。
- ②出世は望まない→付き合いが多いと出費がかさむし疲れるから。
- ③あくせく悩まない→いろいろ悩んでも結果は決まっているから。

#### ■江戸っ子気質

気が短くて口が悪いが心のすみっこに優しさや誠実さを抱いている。

#### ■江戸名物

武士・鯉・大名小路・広小路・茶店・江戸紫・火消し・錦絵

#### ■酒代・銭湯代・そば代(1文=約25円)

酒代: 上級酒248文、居酒屋の酒一合が20～32文

銭湯代: 最初は1文、30年後には4～5文、寛政時代には8文

そば代: 二八そばの始まりは16文、慶応年間には20～24銭に高騰



### 【お知らせ】

- 「いきいき素敵な声づくり」3ヶ月コース(7月～9月)→6月20日(土)から申込受付(定員:15名先着順)
- 「映画鑑賞会」・「いきいき健康麻雀(自主練習)」6月分→5月20日(水)から申込受付(先着順)
- 「向日葵さんのピアノ教室」・「田所先生のピアノ教室」6月分→5月20日(水)から隔月受講で申込受付(先着順)
- 「スマホちょこっと体験会」6月分→6月1日(月)から申込受付(定員:8名先着順)
- 「日本舞踊エクササイズ」6月19日(金)→6月29日(月)に変更
- 「東京都スマートフォン教室」4回コース(7月10日・24日& 8月14日・28日)  
→6月1日(月)～6月末まで申込受付(定員:10名先着順)



### <館長よりひとこと>

今年の夏は猛暑が予想されています、とはもう毎年恒例のお話になっています。難しいとは思いますが、徐々に体を慣らしていく必要があります。浜町敬老館では大規模改修に於いて空調設備も全て更新されており、暑くなる前に試運転を続けていますが、思った以上に各機器の性能が上がり、ひとたび冷房を掛けると一気に冷えすぎてしまう状況が起きました。毎年様子を見ていますので、徐々に適温調整が出来るようになりました。皆さんの具合を見ながら今年も長い夏と戦ってゆこうと思います。

### <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3-3 7-1

浜町会館 2階

TEL: 03-3669-3385

ホームページは  
こちらから

http://chuo-keiroukan.jp

