

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

11

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

11月のおすすめ

まるごと一日いきいき館まつり2026

11月15日(日)

当日はご登録者以外の方もご来館いただけます。お誘いあわせの上お越しください

■スタンプラリー

10:00-16:00

■ウエルカムフォトサービス

10:00-11:30 13:00-16:00

開演時間

①11:00-12:00 ②14:30-15:30

日曜のひととき、心地よい音楽に包まれながら、ぜひごゆっくりお楽しみください。
皆さまのご来場をお待ちしております。

当日受付先着順 【各回定員60名】

『M's』コンサート



meiji 健康セミナー

11月20日(金曜日)

14:00-15:00

『カカオポリフェノール』
のお話

10月22日(木)～/事前申込受付開始

【定員30名】

聖路加国際大学生講座/当日申込先着順【定員20名】

11月4日(水) 15:30- 『感染症』

11月10日(火) 15:30- 『食事』

11月17日(火) 15:30- 『筋力低下予防』

11月25日(水) 15:45- 『オーラルケア』

いきいき勝どきセミナーのご案内

☆終活セミナー(人生100年)/FPパートナー

『生前贈与』

11月6日(金) 15:00-16:00

10月22日(木) 受付開始【先着20名】

賢い贈与について税理士がお話します。

■みのり薬局健康セミナー

『インフルエンザ・ノロウイルス予防と対策』

11月26日(木) 14:40-15:10

当日申し込み先着順 定員【20名】

☆健康推進講座/明治安田生命

『介護の不安を解決！』

今から知る・今日から始める・介護のそなえ

11月27日(金) 15:00-16:00

10月22日(木) 受付開始【先着20名】

■歯ッピーすまいる講座

11月11日(水) 14:30-15:30

当日申し込み先着順 定員【20名】

口腔ケア意識してますか？健康はお口から！

11月先着申込み講座/10月22日(木)～受付開始

☆パソコン/スマホ相談

☆いきいきナンプレ

☆終活セミナー(人生100年)/FPパートナー

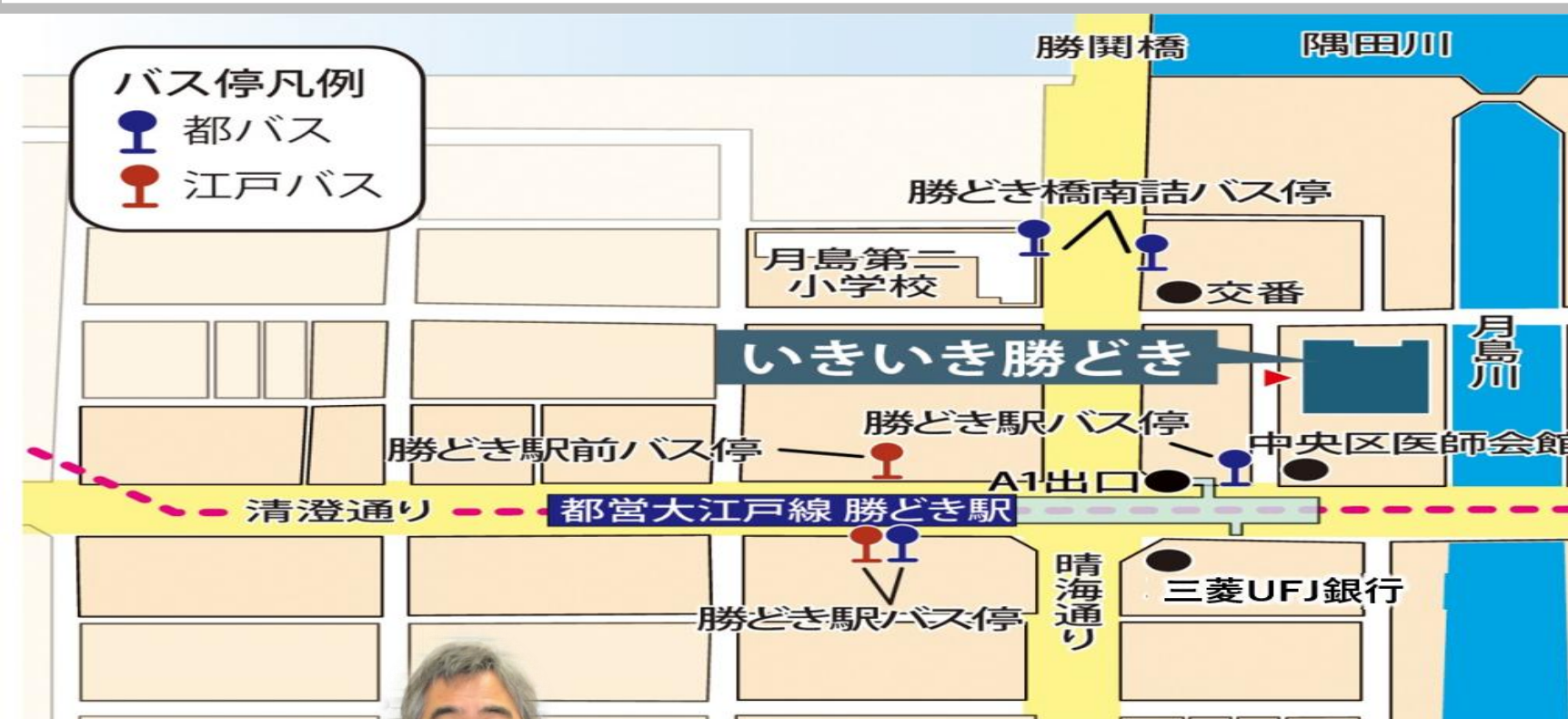
☆はじめての折り紙教室

☆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

☆フレイルチェック測定会

☆meiji 健康セミナー



＜館長より ひとこと＞

11月は霜月(しもつき)です。寒さが身に染みるころとなり、油断せず外出には暖かくなるもう一枚をご用意ください。敬老館では15日(日)に「まるごと一日いきいき館まつり2026」を開催します。1年でこの日だけが利用者ではない方にもご来館頂けます。記念撮影もできますので是非ご家族、ご友人を誘ってのご来館をお待ちしています。スポーツ界では男女の大学駅伝、大相撲九州場所などが開催されます。

＜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



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。