都福祉会館便り１月号

令和5年12月15日発行

令和6年度の初心者向け講座の募集が始まります。

※申込期間　1月6日（土）～2月6日（火）＜はがき申込みの場合、2/6（火）必着＞

※A群：さわやかヨガ、筋トレッチ体操、フラダンス、（新）歌のアルバム体操、（新）入門太極拳
水曜の健康体操、金曜の健康体操、リズム体操、社交ダンス、リハビリ体操

B群：歌謡レッスン（カラオケ）、美文字A･B、俳句、ジャズ、顔彩で描く日本画、絵手紙
Enjoy英会話、発生から学んで歌おう、詩吟、コーラス、午前の健康マージャン
午後の健康マージャン

A群、B群から1講座ずつ選んでお申込をして頂けます。（1つでも可）

※詳細は、年明け1月4日（木）より配布します

「令和6年度　名古屋市都福祉会館　初心者向け講座募集案内」をご覧ください。

＜年末年始のお休みのお知らせ＞

12月29日（金）～1月3日（水）まで休館です。

NEW！

スマホ講座　ﾗｲﾝ～♪	
日時	A：1月17日（水）LINE応用編と災害時の備え　　回想法センター B：1月24日（水）LINE応用編とセキュリティー A、Bどちらも 午後1：30～3：00 自分のスマホで習います。必ずスマホを持参してください。
定員	各5名　A、Bどちらか
申込方法	12月25日（月）8:45～ 電話･窓口にて受付（先着順）

NEW！

新春落語「あさかぜ落語会　立山良心」（ ^)o(^ ）ﾜｯﾊｯﾊｰ	
日時	1月19日（金）午前10：30～11：30　　集会室 演目　みどりの窓口、猿後家
定員	30名
申込方法	12月12日（火）8：45～ 電話･窓口にて受付（先着順）

養生気功 ✸ ★	
日時	1月5日、12日、19日、　いずれも金曜日　　集会室 午後1：30～3：00
定員	各日　25名　いずれか1日
申込方法	12月19日（火）8：45～ 電話･窓口にて受付（先着順）初日午前中は、電話のみ受付

サロン「歌好き♪」(^^♪)　♫	
日時	1月10日（水）午後1：30～3：00　　回想法センター 楽器やカラオケに合わせてみんなで一緒に歌います。
定員	20名
申込方法	12月18日（月）8:45～ 電話･窓口にて受付（先着順）
日時	2月14日（水）午後1：30～3：00　　回想法センター 楽器やカラオケに合わせてみんなで一緒に歌います。
定員	20名
申込方法	1月11日（木）8:45～ 電話･窓口にて受付（先着順）

健康相談 ❤ ♡ ❤	
日時	1月12日（金）午後1：30～2：30
担当医	メディカルサテライト名古屋　森康充院長 内科、腎臓内科、人口透析内科
申込方法	12月15日（金）8：45～ 電話･窓口にて受付

リーダーサタデー（認知症予防リーダーによるレクリエーション）　❀ ❀	
日時	☆新春特別版☆ お正月遊びやスポーツをして楽しみましょう A： モルック＆お正月遊び　1月13日（土）午前10：00～12：00　　集会室 B： ボッチャ＆お正月遊び　1月20日（土）午前10：00～12：00　　会議室
定員	A、B　各15人
申込方法	12月20日（水）8:45～　電話･窓口にて受付（先着順）

昭和の散歩道　。°。◦。	
日時	1月18日（木）午後1：30～2：30　　集会室 昭和の時代を一緒に振り返り、思い出話に花を咲かせませんか？
定員	13名
申込方法	12月21日（木）8：45～ 電話･窓口にて受付（先着順）