



都福社会館だより1月号

令和7年12月11日発行

※令和8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13日(火)～2月10日(火)
1月5日(月)から「募集案内」を配架します。

※年末年始のお休み：12月28日(日)～1月4日(日)

ずっと健康！体操 ~いつまでも健康体でいることを目指す体操~				集会室
日時	1月7日(水)午後1:30～3:00	定員	30名	フレボ&見守り ポイント対象!
申込方法	12月11日(木)午前8:45～ 電話か窓口にて先着順			
たのしい落語 ~経大亭勝笑一座がやってきます!~				集会室
日時	1月5日(月)午前10:30～11:30	定員	35名	
申込方法	12月12日(金)午前8:45～ 電話か窓口にて先着順			
養生気功 ~ゆったりした動きと腹式呼吸の健康法~				集会室
日時	1月9日、16日、30日 いずれも金曜日 午後1:30～3:00			フレボ&見守り ポイント対象!
定員	各日25名 いずれか1日			
申込方法	12月16日(火)午前8:45～ 電話か窓口にて先着順 初日午前中は、電話のみ受付			
リーダーサタデー				A:集会室、B:会議室
日時	A:1月10日(土)午前10:00～12:00 モルック・ボッチャ (フレボ&見守りP対象) B:1月17日(土)午前10:00～12:00 脳トレ 定員:各日18名			
申込方法	12月17日(水)午前8:45～ 電話か窓口にて先着順			
回想法って何だろう ✿はじめての回想法を体験される方用の講座です ✿				回想法センター
日時	1月22日(木)午前10:00～11:00	定員	5名	
申込方法	12月18日(木)午前8:45～ 電話か窓口にて先着順			
昭和の散歩道 ✿昭和の時代を振り返り、思い出話に花を咲かせます ✿				回想法センター
日時	1月15日(木)午後1:30～3:00	定員	17名	
申込方法	12月18日(木)午前8:45～ 電話か窓口にて先着順			
健康相談				健康相談室
日時	1月9日(金)午後1:30～2:30			
担当医師	糖尿病・甲状腺 とみなが内科 富永隆史院長 内科、糖尿病内科、甲状腺・内分泌内科、漢方内科			
申込方法	12月19日(金)午前8:45～ 電話か窓口にて先着順			
スマホ講座(LINE応用編) ~ご自身のスマホでLINEについて学びます~				回想法センター
日時	1月21日(水)午前10:30～11:30	定員	9名	
申込方法	12月19日(金)午前8:45～ 電話か窓口にて先着順			

おしゃべりマジック ~見て！やってみる！参加する楽しい手品～				集会室
日時	1月21日(水)午前10:00~11:30	定員	30名	
申込方法	12月22日(月)午前8:45~ 電話か窓口にて先着順			
講話「チョコレートの世界へようこそ」(株)明治共催 ~チョコの色々を学ぶ~				集会室
日時	1月28日(水)午前10:30~11:30	定員	30名	
申込方法	12月22日(月)午前8:45~ 電話か窓口にて先着順			
エアロミックス ~有酸素運動、体力アップ、代謝アップを取り入れた体操～				集会室
日時	1月14日(水) 午前10:00~11:30			
定員	20名(素足、運動レベル強)			
申込方法	12月24日(水)8:45~ 電話か窓口にて受付(先着順)			
サロン「歌好き♪」 ~楽器やカラオケCDに合わせてみんなで楽しく歌います♪~				回想法センター
日時	1月9日(金)、14日(水)、23日(金)、28日(水) 午後1:30~3:00			
定員	各日20名			
申込方法	当日先着順(事前申込不要、定員超過の場合は立ち見になります)			
自由利用のご案内(事前申し込み不要)				
都シネマ	上映作品 「赤ひげ」(1965年) 上映日 1月8日、22日、29日(木)午後1:30~(185分)			
卓球	開催日 1月10日、17日、24日、31日(土)午後1:00~4:30 ※ラケットをお持ちの方はご持参ください。シューズの使用はできません。 ※卓球台は1台のみです。順番にご利用ください。			
囲碁・将棋	月曜日~土曜日(祝休日、年末・年始を除く) 午前8:45~午後5:00の間 ※午後4:30より清掃に入ります。			
入浴	前半 (午後1:00~2:00)	後半 (午後2:10~3:10)		
	奇数月 (1・3・5・7・9・11月)	女性	男性	
	偶数月 (2・4・6・8・10・12月)	男性	女性	
	※毎月5日、15日の入浴はお休みです。タオル、石鹼はご持参ください。 ※かみそり等は使用できません(浴室内持込禁止)。 ※男女入替制のため、ご入浴時間は必ずお守り願います。			
福祉会館ご利用案内				
○所在地	〒464-0076 名古屋市千種区豊年町15-9 電話(052)711-1483 FAX(052)711-9657			ホームページ 二次元コード
○ホームページ	http://miyakofukushi.jp			
○開館日・時間	月曜日~土曜日(日曜・祝休日・年末年始を除く) 午前8:45~午後5時まで			
○利用対象	名古屋市内在住60歳以上の方(利用証が必要です) ※初めてご利用になる方は、本人確認書類をお持ちの上、 福祉会館窓口で利用証の交付を受けてください。			公式LINE 二次元コード
※土足禁止 館内の履物は使用不可				

名古屋市都福祉会館は(福)名古屋市千種区社会福祉協議会が指定管理者として運営を行っています。