



都福社会館だより8月号

令和8年7月発行

バランスボールエクササイズ ～バランスボールを使った体操で体幹を鍛えます～					集会室
日時	8月3日(月)午前10:00～10:45、11:00～11:45(2部制)				
申込方法	7月13日(月)午前8:45～ 電話のみ先着順			定員	各15名
やさしい手芸「ちりめん根付・福ぞうり」 ～草履は健康健脚の縁起物～					回想法センター
日時	8月26日(水)午後1:30～3:30	定員	12名	費用	200円
申込方法	7月15日(水)午前8:45～ 費用を添えて窓口にて先着順				
リーダーサタデー ～認知症予防リーダーによるサロン～					集会室
日時	8月8日(土)午前10:00～11:30「マジック・ゲーム等」			定員	18名
申込方法	7月15日(水)午前8:45～ 電話のみ先着順				
あたま・からだ★スッキリ教室 ～リーダー指導の楽しいチャレンジで元気な体を目指します～					集会室
日時	8月19日(水)午前10:00～11:30			定員	18名
申込方法	7月16日(木)午前8:45～ 電話のみ先着順				
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	8月20日(木)午後1:30～3:00			定員	17名
申込方法	7月16日(木)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	8月27日(木)午前10:00～11:00			定員	5名
申込方法	7月16日(木)午前8:45～ 電話か窓口にて先着順				
健康相談 ～日頃の健康についての相談ができます～					健康相談室
日時	8月28日(金)午後1:30～2:30				
担当医師	大石ファミリークリニック 大石 睦夫 院長 内科、整形外科、皮膚科、リハビリテーション科、麻酔科、泌尿器科				
申込方法	7月17日(金)午前8:45～ 電話か窓口にて先着順				
スマホ講座(LINE災害対策編) ～ご自身のスマホで詐欺対策を学びます～					回想法センター
日時	8月19日(水)午前10:30～11:30			定員	9名
申込方法	7月17日(金)午前8:45～ 電話のみ先着順				

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	8月7日、14日、21日 いずれも金曜日 午後1:30～3:00				
定員	各日25名 いずれか1日				
申込方法	7月21日(火)午前8:45～ 電話のみ先着順				
eスポーツ体験会		～太鼓の達人 ドングルフェスティバルを楽しみましょう～			集会室
日時	8月25日(火)午後1:30～3:30			定員	20名
申込方法	7月22日(水)午前8:45～ 電話のみ先着順				
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	8月5日(水)、14日(金)、19日(水)、28日(金)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 「最高の人生の見つけ方」(2007年) 上映日 8月6日、13日、27日(木)午後1:30～(97分)		
卓球	開催日 8月1日、8日、15日、22日、29日(土)午後1:00～4:20 ※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4:50の間		
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、石鹸はご持参ください。 ※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。		

福社会館ご利用案内		
○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 5:00 まで	 公式 LINE 二次元コード
○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、 福社会館窓口で利用証の交付を受けてください。	
※土足禁止、館内履物使用禁止		

名古屋市都福社会館は(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。