



都福社会館だより9月号

令和8年8月発行

令和8年度 下半期認知症予防教室「くらぶ 6・5」 体操・音楽療法・脳トレなど			
実施期間	令和8年10月～令和9年3月の6か月間		
クラス等	A:火曜午前、B:火曜午後、C:木曜午前(午前は10:00～正午、午後は1:30～3:30)		
対象・定員	市内在住 <u>65歳以上</u> 各クラス12名		
申込方法	8月12日(水)～8月31日(月) 今回より窓口のみの受付(申込多数の場合抽選)		
認知症予防リーダー養成講座 ～認知症予防に関する知識や手法を学び、地域に広めていただく方を養成します～			
日時	10月2日、9日、16日、22日、30日 午前10:00～正午+外部研修4回 (22日のみ木曜日、その他は金曜日)		
申込方法	8月12日(水)～8月31日(月) 窓口にて受付(先着順)	定員	5名
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	9月4日、11日、18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	8月18日(火)午前8:45～ 電話のみ先着順		
リーダーサタデー ～認知症予防リーダーによるサロン～ A:集会室、B:会議室			
日時	A:9月12日(土)午前10:00～11:30 フレイル B:9月19日(土)午前10:00～11:30 脳トレ	定員	A:18名 B:16名
申込方法	8月19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	9月16日(水)午前10:00～11:30	定員	18名
申込方法	8月20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 ♀ ふれあいルーム			
日時	9月17日(木)午後1:30～3:00	定員	17名
申込方法	8月20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	9月11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		
申込方法	8月21日(金)午前8:45～ 電話か窓口にて先着順		
スマホ講座(生成AI編) ～ご自身のスマホでAI検索を体験できます～ ふれあいルーム			
日時	9月16日(水)午前10:30～11:30	定員	9名
申込方法	8月21日(金)午前8:45～ 電話のみ先着順		

ダンス講座		～音楽に合わせて高齢者でも楽しくできるダンスを行います～		集会室
日時	9月17日(木)午前10:00～11:30			定員 20名
申込方法	8月24日(月)午前8:45～ 電話のみ先着順			
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	9月9日(水)午前10:00～11:30			定員 20名
申込方法	8月26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♪～				ふれあいルーム
日時	9月2日(水)、11日(金)、16日(水)、25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 特別上映会	上映作品「ALWAYS 三丁目の夕日」(2005年)			ふれあいルーム
	上映日 9月3日、10日、24日(木)午後1:30～(133分)			
	上映作品「ALWAYS 続三丁目の夕日」(2007年)			ふれあいルーム
	上映日 9月4日、11日、25日(金)午前10:00～(146分)			
	上映作品「ALWAYS 三丁目の夕日'64」(2012年)			会議室
	上映日 9月18日(金)、28日(月)午後1:30～(142分)			
卓球	開催日 9月5日、12日、19日、26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	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			
○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。			
※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。