

2023 年 12 月 行事予定表

講座

午前10:15~11:45
午後13:15~14:45

★印は同好会※赤字表記は申込み必要

所 日	曜	集 会 室		東 館		茶室/将棋室		多目的室		囲碁室		その他
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
1	金	★フラダンス 同好会	生き生き体操	予防教室U	スマイル クラブ	★ウクレレ	将棋	—	★囲碁	★ちどり会(琴)	囲碁	
2	土	★指ヨガ	—	—	—	—	将棋	—	★囲碁	★むろの会	囲碁	
3	日											
4	月	★中国健康 体操	えがおでコーラス	—	ミニシアター	—	将棋	★大正琴	★囲碁	—	囲碁	★卓球
5	火	★桜会 (カラオケ)	はつらつ健康 体操	予防教室	火曜サロン	★大正琴	将棋	★ときめき会 (回想法)	★囲碁	★NOSS	囲碁	
6	水	楽しい脳活体操	★ゆりかご会 (童謡)	—	スマホミニ教 室	★手芸	将棋	★リズム 体操	★囲碁	★柔軟体操と 気功	囲碁	
7	木	絵手紙	リカー・フォロ・アップ	予防教室Y	スマホミニ教 室	★茶道	将棋	—	★囲碁	★はじめての ハワイアンフラ	囲碁	
8	金	さわやかヨガ	健康体操	予防教室	スマイル クラブ	—	将棋	—	★囲碁	★ちどり会(琴)	囲碁	
9	土	—	中国健康体操	—	—	—	将棋	—	★囲碁	★フラ自主練	囲碁	
10	日											
11	月	民謡	華道	—	ミニシアター	—	将棋	—	★囲碁	★千久会 (民謡)	囲碁	★卓球
12	火	★桜会 (カラオケ)	フォークダンス	予防教室	火曜サロン	—	将棋	—	★囲碁	★健康麻雀	囲碁	
13	水	川柳	詩吟	—	同好会説明会	★手芸	将棋	—	★囲碁	★詩吟	囲碁	
14	木	—	★東会 (日本舞踊)	予防教室T	同好会説明会	★茶道	将棋	—	★囲碁	★はじめての ハワイアンフラ	囲碁	
15	金	★フラダンス 同好会	生き生き体操	予防教室	スマイル クラブ	★ウクレレ	将棋	—	★囲碁	★ちどり会(琴)	囲碁	
16	土	★ふまねっと 運動	名東シアター	—	★実践マシッ 同好会	—	将棋	—	★囲碁	★むろの会	囲碁	
17	日											
18	月	★中国健康 体操	えがおでコーラス	—	ミニシアター	—	将棋	★大正琴	★囲碁	—	囲碁	★卓球
19	火	★桜会 (カラオケ)	はつらつ健康 体操	予防教室T	火曜サロン	★大正琴	将棋	—	★囲碁	★NOSS	囲碁	
20	水	楽しい脳活体操	★ゆりかご会 (童謡)	—	—	★手芸	将棋	★リズム 体操	★囲碁	★柔軟体操と 気功	囲碁	
21	木	フレイル体操	音楽療法	予防教室	—	★茶道	将棋	★俳句	★囲碁	—	囲碁	健康相談
22	金	★光会(ヨガ)	健康体操	予防教室T	スマイル クラブ	—	将棋	—	★囲碁	★ちどり会(琴)	囲碁	
23	土	—	中国健康体操	—	—	—	将棋	★水彩画	★囲碁	★フラ自主練	囲碁	
24	日											
25	月	民謡	華道	—	ミニシアター	—	将棋	—	★囲碁	★千久会 (民謡)	囲碁	
26	火	★桜会 (カラオケ)	フォークダンス	予防教室M	火曜サロン	—	将棋	—	★囲碁	★健康麻雀	囲碁	
27	水	川柳	詩吟	—	—	★手芸	将棋	—	★囲碁	★詩吟	囲碁	
28	木	—	★東会 (日本舞踊)	予防教室	—	★茶道	将棋	—	★囲碁	★はじめての ハワイアンフラ	囲碁	
29	金											
30	土											
31	日											

年末年始 12/29・30・31、1/1・2・3は休館

名東福祉会館のご利用案内

所在地：〒465-0094 名東区亀の井2丁目201

電 話：052-703-9282 FAX：052-704-8144

開館日時：月～土（祝日・年末年始を除く）午前8時45分～午後5時まで

利用対象：名古屋市在住の60歳以上の方

利用申込：お住まいの区の福祉会館 ※利用証を発行時に本人確認書類が必要
となります（健康保険証・運転免許証・敬老手帳内の敬老優待券 等）

ホームページ：<https://www.meito-fukushi-kaikan.jp/>

名東福祉会館は、名東区社会福祉協議会・さくらコンソーシアムが指定管理者として運営しています



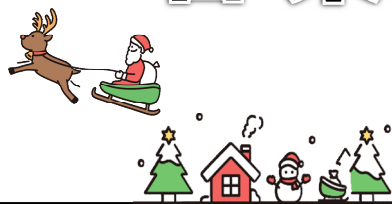
地下鉄 一社駅2番出口から南へ約800m
市バス 名東福祉会館から東へ約1.7km

名東福祉会館だより

12月号

No.183

2023.11.20発行



おしらせ

福祉会館めぐり ※12/28まで

現在開催中の福祉会館めぐりが12月28日(木)で終了します。8館以上のスタンプを集めると素敵な賞品を贈呈！さらに全16館のスタンプを集めると記念品を贈呈!! 賞品のお渡しは来年2月1日からとなります。

開催期間：～12月28日(木)まで(日・祝除く)

参加対象：福祉会館利用証をお持ちの方

※お持ちでない方は、お住まいの区で利用証を発行してください

※参加はおひとり1回限りとさせていただきます

参加方法：福祉会館の受付で利用証を提示しスタンプ用紙を入手、
市内福祉会館をめぐりスタンプを集めましょう



年末年始のおしらせ

12月28日(木)まで開館、年明けは1月4日(木)から開館となります。お間違えの無いよう願います。

休館期間：12月29日(金)30日(土)31日(日)1月1日(月)2日(火)3日(水)の6日間



年末の大掃除

今年も残り1か月程となりました。下記日程で年末の大掃除を行います。1年に一度の大掃除、一緒にお掃除して下さる方お待ちしております。

日時：12月22日(金)15:00～

場所：談話室集合



めいとうの湯(お風呂)

福祉会館内にお風呂(入浴)があります。やや広めのお風呂で気分もゆったりできます。男女入替制です。入替制のため入浴時間のお間違えの無いようお越しください。今後第2・4(水)変わり湯も予定しています。

入浴方法：窓口にて利用証を提示し入浴の旨を伝え、更衣ロッカーの鍵を受取、入浴後は鍵を返却

※初回のみ登録が必要となります

持ち物：タオル、石鹸、シャンプー等

禁止事項：洗濯、毛染、髭剃り、髪カット等、
他人に迷惑のかかる行為

定休日：毎月5・15日



お風呂の利用可能日・時間

時間	日	1日～14日	16日～末日
13:00～14:00		女湯	男湯
14:10～15:10		男湯	女湯



12月の行事・イベント情報

音楽療法で楽しむクリスマス（なごや福祉用具プラザ主催）

ハンドベル等の楽器を使って音楽療法を楽しみます。その他、便利な福祉用具の紹介もあります。

日時：12月21日(木)13:15～14:45（開場13:00）

場所：集会室

定員：先着50名

講師：星野順子先生

申込：11月21日(火) 9:00～窓口にてお名前記入 ※原則本人分のみ可



第3回 植屋節子先生のフレイル予防体操

「いつまでも元気にすたすた歩く」を目標にフレイル予防体操を行います。下肢筋力を強化しバランス調整力を鍛えることで転倒予防に繋がります。今回はチューブを利用した筋肉運動を中心に行います。

日時：12月21日(木)10:15～11:45

場所：集会室

定員：先着40名

講師：植屋節子先生

申込：11月22日(水) 9:00～12月6日(水)

窓口またはFAX(704-8144)で申込書を提出

※申込多数の場合は抽選、初回の方優先

通知：12月7日(木)以降、当選者のみ電話連絡



サロン名東（火曜サロン）

口コミで評判も良し◎。和気あいあい仲良しの輪が広がっているサロンです。毎週リーダーさん（おまとめ役）が変わるので、内容も多種多様！

日時：12月5・12・19・26日(火)13:15～14:45（開場13:00）

定員：各日とも先着12名

申込：各日とも一週間前より9:00～窓口か電話(080-4291-8613)にて受付



青空運動サロン(主催：名東区役所・保健センター、他)

認知症予防リーダーさんの声掛けのもと「ラジオ体操第1・第2」を行っています。参加は自由。児童館の子供たちも一緒に行っています。程よい全身運動になります。

日時：毎週水曜日 9:50～10:10（雨天中止）

場所：児童館運動場



雨宮医師による無料健康相談

どんなお話しでもきいてくれる優しい先生です。些細な悩みなのでかかりつけ医に相談しにくい、でも医師に相談したい…そんな方は是非どうぞ！

日時：12月21日(木) 13:30～14:30

医師：雨宮医師（整形外科・外科・リハビリテーション科・内科・皮膚科）

申込：窓口か電話(080-4291-8613)にて受付



なんでも無料相談

お体の悩みからご家族さまの心配ごと、その他スマホや携帯電話等、日々の生活に関するお悩みなんでもご相談にのります。お気軽に窓口までお声がけください。

日時：随時 ※看護師による対応をご希望の方は、火・木・金が受付となります。



映画情報

名東シアター

上映作品「恋人たちの予感」(上映時間96分)

日時：12月16日(土)13:15～14:46頃

(開場13:00)

場所：集会室 定員：先着60名

申込：11月16日(木)9:00～ 窓口でお名前記入
(電話受付不可) ※原則本人分のみ可



■監督 ロブ・ライナー

■出演 ビリー・クリスタル、メグ・ライアン、キャリー・フィッシャー、他

初対面で最悪の印象を互いに持った二人が、“男女の間に友情は成立するか”という命題に苦悩しつつ、11年の後に結ばれるコメディ・タッチのラブ・ストーリー。

ミニシアター

上映作品「素晴らしき哉、人生！」(上映時間130分)

日時：12月4・11・18・25(月)13:15～15:25頃

(開場13:00)

場所：東館 定員：先着15名

申込：各日一週間前より 9:00～窓口または電話
(080-4291-8613)にて受付 ※本人分のみ可



■監督 フランク・キャプラ

■出演 ジェームス・スチュワート、ドナ・リード、ライオネル・バリモア他

白黒映画の最高傑作と言われるほどの名作。クリスマスイブにジョージは保険金を工面するため自殺を図ろうとしていた。その自殺を止めたのが翼のない天使クラレンスだった。クラレンスはジョージの自殺を踏みとどまるよう、これまでの人生を見せた・・・

講座・同好会紹介

「民謡」第2・4(月)10:15～11:45



川崎龍志奈代先生

北海道から沖縄、また馴染みのある民謡から新民謡までと、さまざまなお唄をうたいます。先生の奏でる美しい三味線に合わせ、気持ちよく皆で合唱します。大きな声を出せるので肺活量も高まります。現在、入会可能です。

「活き活き体操」第1・3(金)13:15～14:45 「リズム体操」(同好会)第1・3(水)10:15～11:45



妹尾真弓先生

懐かしい曲から季節の曲…音楽に合わせて簡単なリズム体操やストレッチを行っています。手足を使い楽しく明るく脳トレ体操で認知症予防を行っています。現在、入会可能です。