

# 守山福祉会館だより 5月号 平成30年5月 No.111



～自由にご参加いただける講座です～



申込み不要！お気軽にご参加下さい(^▽^)/

講座名	開催日時	講師	備考
健康体操	5月8日(火) 13:30~14:30	藤崎 高行 氏 (理学療法士)	
歌って元気	5月10日(木) 13:30~15:00	神谷 佳代子 氏	定員 100名
リズム体操	5月15日(火) (A)13:00~14:30 (B)14:45~16:15	(A/B)加藤 利枝子 氏 (運動指導員)	持ち物 日本手ぬぐい
ベジタスヨガ	5月22日(火) (A)13:00~14:30 (B)14:45~16:15	(A)波多野 由美 氏 (ヨガインストラクター) (B)井神 七子 氏 (ヨガインストラクター)	
懐メロ 健康体操	5月24日(木) 13:30~15:00	横川 珠姫 氏 (健康体操指導士)	定員 100名



## 認知症予防リーダー養成講座の受講生募集!!!



内 容：認知症予防に関する知識や手法を学び地域に広めて頂く方を養成します。  
 開催日：平成30年7月4日(水)～8月1日(水) ※毎週水曜日の5日+外部研修3日+実習1日  
 時 間：午後1時～3時  
 対象者：市内在住の60歳以上の方  
 参加費：無料(外部研修は別途交通費)  
 定 員：5名 ※募集期間：5月16日(水)～ 6月14日(木)(申込み多数の場合抽選)

水曜日と金曜日の14:55～のロビーで健康体操の内容が変わります♪

水曜日 もりピィ体操・5歳若返り(血行促進)・記憶力アップ(認知症予防)

金曜日 ラジオ体操 です！お気軽にご参加ください♪





## お部屋を開放しています



囲碁・将棋室	<p><b>開館日は毎日</b>、どなたでもご利用頂けます。</p> <p>囲碁・将棋室に碁や将棋の用具が用意してありますので、自由にご利用ください。</p> <p>みなさん碁や将棋の好きな方ばかりです。気軽に声をかけあって対戦を楽しんでください。</p>
卓球室	<p><b>開館日は毎日</b>、どなたでもご利用頂けます。<b>靴、ラケットはご持参ください。</b></p> <p>卓球台は1台です。順番に交代でご利用ください。</p> <p>なお、<b>児童館の休館日(月曜日)の8:45~12:00に児童館の体育室を開放しています。</b>(ただし、小学校の長期休暇期間中などを除く)</p> <p>※日程は守山福祉会館までお問い合わせください。</p>
入浴	<p><b>毎月15日と9月5日はお休み</b>です。せっけん、タオルはご持参ください。湯量が限られているため洗髪はご遠慮いただいております。</p> <p>—入浴時間—</p> <p><b>Ⓢ女性 13:00~14:00 Ⓢ男性 14:10~15:10</b></p>
カラオケ	<p>どなたでもご利用頂けます。<b>毎週土曜日の午前中</b>、自由にお楽しみいただけます。</p>

### ～Dr ひろしの健康相談～

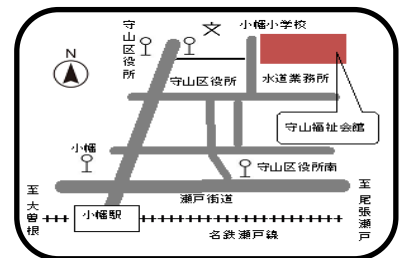
日にち：5月8日(火)・5月22日(火)  
 時間：13:00~14:00  
 場所：福祉会館 相談室  
 定員：5名程度(事前予約は不要です)



体調はいかがですか?  
 気になる事はありますか?  
 お気軽にご相談下さい。

### ☆守山福祉会館の利用案内☆

- 【所在地】 〒463-0011  
 名古屋市守山区小幡一丁目3-15 (守山区役所 東隣)  
 名鉄瀬戸線『小幡』駅から北へ約300m
- 【電話】 793-6330 【FAX】 792-6094
- 【開館時間】 月曜日~土曜日 8時45分~17時00分
- 【休館日】 日曜日・祝日・年末年始
- 【利用対象】 名古屋市内に在住の60歳以上の方
- 【利用料】 無料。講座などの材料費・教材費のみ必要です。



【利用手続】 お住まいの区の福祉会館で利用証の交付を受けて下さい。運転免許証・敬老手帳・健康保険証など住所・氏名・年齢が確認できるものが必要です。利用証を発行すると市内の全福祉会館が利用できます。

★☆☆守山福祉会館は指定管理者として守山区社会福祉協議会が運営しています★☆☆