



## エムエムエヌエス 守山まめなし～MaMeNaSi～

認知症予防リーダーの運営する楽しいサロン♪

日時：10月12日（金）13：30～15：00

場所：守山福祉会館 和室

定員：20名（募集期間：9/25～10/5）先着順

※認知症予防の体操と

回想法を行います

飲み物を持参ください



## ウキウキ食堂（ランチサロン）

一緒に楽しくランチしませんか？

日時：10月13日（土）11：00～13：00

場所：守山福祉会館 多目的室

定員：12名（随時募集、先着順）

費用：500円



## エアロびっくり運動

エアロビクスを取り入れた運動です！

日時：11月7日（水）10：30～12：00

場所：守山福祉会館大広間※運動レベルやや強

講師：村山真澄氏

定員：40名（募集期間：10/2～22）無料



## 健康講話☆骨粗鬆症と脊椎圧迫骨折

整形外科の先生のお話！予防は大事です！

日時：10月30日（火）13:30～14：30

場所：守山福祉会館 大広間

講師：ひろし整形外科医院長 熊澤宏氏

定員：50名

（募集期間：10/1～13）無料



□□□□※詳細は守山福祉会館職員までお気軽にお尋ねください□□□□

## 地域交流事業 ～野点～

日時：10月27日（土）10:30～14:00

場所：館内

定員：♡どなたでも参加可♡ 抹茶と饅頭のセットを実費販売します。※なくなり次第終了

(^^♪演芸コーナーにて、おかりなやフラダンスなどがあります♪♪♪(^^♪

♡お子様にはお菓子すくい取りがあるよ♡Wチャンス ♪ゲームをして2回目をGETしよう！

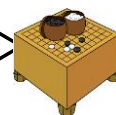
★今回は綿菓子  を来館者の方全員に無料配布!!!（お1人様1回限りです）★

守山作業所のコーヒー （クッキー付）やパン  や、野菜  の販売を予定しています。

\*\*\*\*今月の自由講座、男性合唱体験講座のご案内は、3ページを、ご覧ください\*\*\*\*



<<お部屋を開放しています>>



囲碁・将棋室	開館日は毎日、 <u>どなたでも</u> ご利用頂けます。 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。
卓球室	開館日は毎日、 <u>どなたでも</u> ご利用頂けます。靴、ラケットはご持参ください。（卓球台は1台です。順番に交代でご利用ください。） ★なお、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。（ただし、小学校の長期休暇などを除く）
入浴  Ⓢ	<u>毎月5日と15日はお休み</u> 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。 —入浴時間— <b>Ⓢ女性 13：00～14：00 Ⓢ男性 14：10～15：10</b>  ※10月からは毎月 <u>5日</u> もお休みになりました。
カラオケ	毎週土曜日の午前中、 <u>どなたでも</u> ご利用頂けます。ご自由にどうぞ♡

## <Drひろしの健康相談>

日にち：10月9日（火）  
 時間：13：00～14：00  
 場所：福祉会館 健康相談室  
 定員：5名程度（事前予約も可能！）



どんなことでも  
**ご相談ください！**

～お気軽にご相談してください♡お待ちしております！～

### ☆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

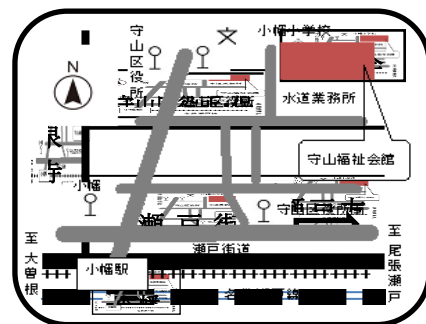
【利用料】 無料。講座などの材料費・教材費のみ必要です。

【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。

※利用証は市内全福祉会館で利用できます。

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。

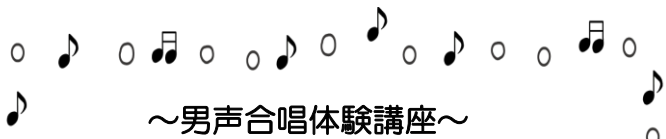
★☆☆守山福祉会館は指定管理者として守山区社会福祉協議会が運営しています★☆☆



※申し込み不要！今月は太極拳あり！

## 定期講座

講座名	開催日時	
太極拳	10月3日(水) 10:30~12:00	堀場 廣美 氏
健康体操	10月9日(火) 13:30~14:30	藤崎 高行 氏
歌って元気	10月11日(木) 13:30~15:00	神谷 佳代子 氏(定員 100名)
リズム体操	10月16日(火) (A)13:00~14:30(B)14:45~16:15	加藤 利枝子 氏(手拭い持参)
ベジタス ヨガ	10月23日(火) (A)13:00~14:30(B)14:45~16:15	(A)波多野 由美 氏 (B)井神 七子 氏
懐メロ 健康体操	10月25日(木) 13:30~15:00	横川 珠姫 氏(定員 100名)



～男声合唱体験講座～

### 目指せ！メンズコーラス隊♪

日にち：10月31日(水)

時間：13:30~15:30

場所：守山福祉会館 大広間

参加費：無料

定員：なし

対象：市内在住 60歳以上の男性

講師：にしもとたすく 西元 佑 氏・ひぐちけいこ 美口啓子氏

