

守山福祉会館だより6月号 令和元年6月 No.124



楽しくチャレンジ講座

エアロびっくり運動

★エアロピクスを取り入れた運動です！★

日時：7月3日(水) 10:30~12:00 場所：守山福祉会館 大広間 定員：40名

募集期間：6月4日(火)~6月17日(月) ※応募多数の場合は6/18(火) 抽選・発表

口コモ対策~健康寿命を延ばす2つの方法~



★加齢による運動機能の低下で起こる筋肉、骨、関節の障害を防ぐ大切なお話です★

日時：7月30日(火) 13:30~14:30 場所：守山福祉会館 大広間 定員：50名

募集期間：6月26日(水)~7月16日(火) ※応募多数の場合は7/17(水) 抽選・発表



自由参加講座 命を守る「水」~水分補給を見直そう~



★本格的な夏に向け、熱中症の予防や水分補給のコツを学びます★

日時：6月26日(水) 13:30~15:00 場所：守山福祉会館 大広間 講師：(株)明治

※申し込み不要!! みんなで一緒にお勉強しましょっ♥

※詳細は守山福祉会館職員までお気軽にお尋ねください。

募集

エムエムエヌエス 守山まめなし~MaMeNaSi~

日時：7月12日(金) 13:30~15時

場所：陶芸室 定員：22名

募集：6/26(水)~先着順



募集

ウキウキ食堂(ランチサロン)

日時：6月22日(土) 11時~13時

場所：多目的室 定員：12名

参加費：500円

募集：6/1(土)~先着順



申込不要!!! <自由参加講座> ~お気軽にご参加ください♪~

講座名	開催日時	講師
健康体操	6月11日(火) 13:30~14:30	小野聖也氏
歌って元気	6月13日(木) 13:30~15:00 ※定員100名	神谷佳代子氏
リズム体操	6月18日(火) ①13:00~14:30②14:45~16:15 ※持ち物：日本手拭い	①/②加藤利枝子氏
ベジタスヨガ	6月25日(火) ①13:00~14:30②14:45~16:15	①波多野由美氏 ②井神七子氏
命を守る「水」	6月26日(水) 13:30~15:00	(株)明治
懐メロ健康体操	6月27日(木) 13:30~15:00 ※定員100名	横川珠姫氏



<<お部屋を開放しています>>



囲碁・将棋室	<p>開館日は毎日、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>開館日は毎日、どなたでもご利用頂けます。靴、ラケットはご持参ください。</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、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、小学校の長期休暇期間中などを除く）</p> <p>※体育室の予定表は福祉会館の窓口で配布しています。</p>
入浴	<p>毎月5日と15日はお休みです。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>Ⓜ女性 13:00～14:00 Ⓜ男性 14:10～15:10</p>
カラオケ	<p>どなたでもご利用頂けます。毎週土曜日の午前中、自由にお楽しみいただけます。</p>

<健康相談>

日にち：6月11日（火）25（火）
 時間：13：00～14：00
 場所：福祉会館 健康相談室
 定員：5名程度（事前予約は不要です）

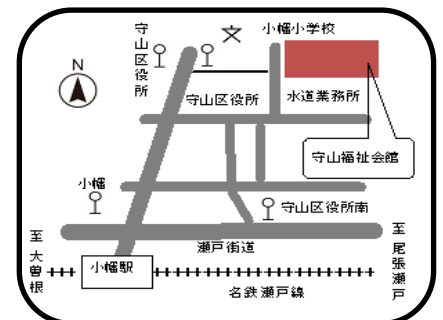


体調で気になる事はありますか？
 主治医の先生に聞けない事など話してみませんか？

～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。



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★☆☆