

# 守山福祉会館だより 9月号 令和元年9月 No.127



## ウキウキ食堂 (ランチサロン)



月に一度の土曜日！ランチしませんか？

日時：9月28日(土) 11:00~13:00 場所：守山福祉会館 多目的室  
 費用：500円 募集：9月2日(月)~※先着12名



## 手作りスイーツカフェ

♥今回は鬼まんじゅうを作る予定です(^▽^)/

日時：10月7日(月) 13:00~15:00 場所：守山福祉会館 多目的室  
 定員：12名 参加費：200円(当日徴収)  
 募集期間：9月10日(火)~9月24日(火) ※応募多数の場合は抽選



## お出かけ福祉会館~志段味古墳めぐり~



☆4月OPENの「歴史の里 しだみ古墳群ミュージアム」(通称：しだみゅー)！

古墳ツアーや古代生活体験・展示室等をまわります♪ランチも一緒に食べましょう♡

日時：10月30日(水) 11:00~14:30 場所：しだみ古墳群ミュージアム前(現地集合)  
 定員：30名 参加費：1,020円(昼食代★コーヒー付き980円 + 展示室料金40円)  
 募集期間：9月17日(火)~10月8日(火) ※応募多数の場合は抽選

※職員は守山区役所北行バス停、9:39発に乗り、ゆとりーとライン小幡緑地駅、10:13発に乗り  
 継いで出掛けます！みんなで一緒に出掛けませんか？



## 守山まめなし~MaMeNaSi



認知症予防リーダーの認知症予防クラブ！体操、脳トレ、まめなし太鼓♪ Lets'スターティン🍏

日時：10月11日(金) 13:30~15:00 場所：守山福祉会館 陶芸室  
 募集：9月25日(水)~※先着22名



※申し込み不要！

## 定期講座

お気軽に参加下さい♪♪

講座名	開催日時
健康体操	9月10日(火) 13:30~14:30
歌って元気	9月12日(木) 13:30~15:00 (定員100名)
リズム体操	9月17日(火) ①13:00~14:30②14:45~16:15 ※手拭い持参
ベジタスヨガ	9月24日(火) ①13:00~14:30②14:45~16:15
懐メロ健康体操	9月26日(木) 13:30~15:00 (定員100名)



<<お部屋を開放しています>>



囲碁・将棋室	<p><u>開館日は毎日、どなたでも</u>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ので、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><u>開館日は毎日、どなたでも</u>ご利用頂けます。<u>靴、ラケットはご持参ください。</u></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、<u>児童館の休館日（月曜日）の8：45～12：00</u>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><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。</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><u>毎週土曜日の午前中、どなたでも</u>ご利用できます！ご自由にお楽しみ下さい</p>

## 《Drひろしの健康相談》

日にち：9月10日（火）24（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）

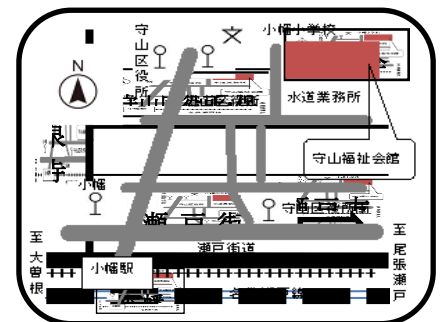


9月は朝晩の気温が下がりますが、日中は残暑と寒暖差が激しく、また、夏の冷えや疲れも残り、自律神経のバランスが崩れやすいです。バランスの良い食事や入浴で体を温め、軽い運動、十分な睡眠を取って体調を整えましょう！

～どんなことでもご相談ください！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★★