

# 守山福祉会館だより 8月号

No.102

□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□

## コグニサイズに挑戦!!!

～植屋先生の頭と体を同時に使う体操！  
認知症予防にいかがですか♡～

日時：9月6日(水)10:00～11:30

場所：守山福祉会館 大広間

定員：40名

募集期間：8月16日(水)～8月29日(火)



## ラジオ体操プラス

～横川先生によるあなたの知らない  
ラジオ体操の世界が楽しめます！～

日時：8月31日(木)13:30～15:00

場所：守山福祉会館 大広間

定員：40名

募集期間：8月1日(火)～8月14日(月)

□□□□□□□□ ※詳細は守山福祉会館職員までお気軽にお尋ねください。 □□□□□□□□



### 認知症予防教室、受講生募集！



★認知症予防に効果のある体操、回想法、音楽療法などを行います！★

開催日：平成29年10月～平成30年3月の半年間で週1回、火、水、木曜日いずれか

時間：午前10時～12時

場所：守山福祉会館 多目的室

募集期間：8月10日(木)～9月8日(金) ※申し込み多数の場合は抽選

対象者：市内在住の65歳以上の方 定員：1クラスあたり12名

参加費：無料(実費分は負担頂きます)

## ロビーで健康体操が始まります!!! DVDに合わせて Lets TRY!!!

内容：背筋ピーン体操、転倒予防体操、5歳若返っちゃう体操、もりピィ体操等

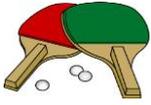


※申し込み不要！

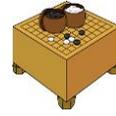
**定期講座**

お気軽に参加下さい♪♪♪

講座名	開催日時
健康体操	8月8日(火)13:30～14:30
歌って元気	8月10日(木)13:30～15:00
リズム体操	8月15日(火)(A)13:00～14:30(B)14:45～16:15
ベジタスヨガ	8月22日(火)(A)13:00～14:30(B)14:45～16:15
懐メロ健康体操	8月24日(木)13:30～15:00



## <<お部屋を開放しています>>



囲碁・将棋室	開館日は毎日、どなたでもご利用頂けます。 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、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。（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 Ⓢ時間変更あり	—入浴時間—（毎月同じ） ・1日～14日 女性 <u>13：00～14：00</u> 男性 <u>14：10～15：10</u> ・16日～月末 女性 <u>14：10～15：10</u> 男性 <u>13：00～14：00</u> ※毎月15日と9月5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。
カラオケ	毎週土曜日の午前中、どなたでもご利用頂けます。ご自由にどうぞ♡

## <Drひろしの健康相談>



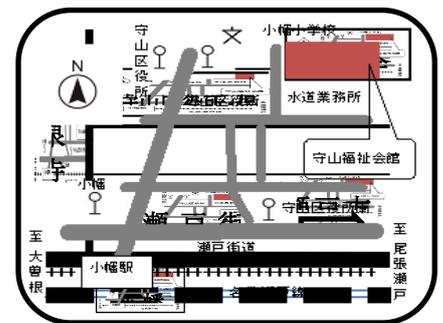
体調で気になる事はありますか？  
主治医の先生に聞けない事など話してみませんか？

日にち：8月22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（事前予約は不要です）  
※今月は1回限りのチャンスです!!!

～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★☆