

令和5年4月号は3月20日発行です



# 前津福社会館だより



最新のホームページが見られます

福社会館は、名古屋市内にお住まいの60歳以上の方がいきいきとしたシニアライフを楽しむための施設です。

**ご利用される前に、身分証明書をご持参のうえお住いの区の福社会館で福社会館利用証を作成してください。**

## 福社会館へ来館される方へのお願い

- ①来館前にご自宅で検温し、**37.5℃以上の発熱**など体調が悪い場合は来館しないでください。
- ②来館時**検温・手指消毒**をしてください。また、館内では必ず**マスクを着用し、近距離での会話は控えて**ください。
- ③**飲み物(水分補給用)**をご持参ください。(館内には**自販機・給茶機がありません。**) ※館内での**食事禁止**

	開催講座/申込み開始日	開催日時	その他
申込み (電話申込みのみ)	<b>己書(おのれしょ)教室</b> (申込み)2月24日(金)8:45~電話にて先着30名 ※持ち物:※筆ペン3種(①顔料の黒②アートブラッシュ赤③薄墨) ※画仙紙はがきサイズ	<b>3月6日(月)</b> 13:30~15:30	講師:宮地喜代子先生 石田あけみ先生 場所:集会室
	<b>落語独演会(二題) ①ハンドタオル②猫の皿</b> (申込み)3月11日(土)8:45~電話にて先着30名	<b>3月25日(土)</b> 15:00~16:00	出演:立山良心 (ボランティア) 場所:集会室
	<b>上映会「マルサの女2」(128分)</b> 監督:伊丹十三 出演:宮本信子/津川雅彦 他 (申込み)3月4日(土)8:45~電話にて各回先着35名	<b>3月18日(土)</b> ①10:00~12:00過 ②13:30~15:30過	「2」は観ましたか? 場所:集会室
	<b>上映会「UDON」(134分)</b> 監督:本広克行 出演:ユースケ・サンタマリア/小西真奈美 他 (申込み)3月17日(金)8:45~電話にて先着35名	<b>3月31日(金)</b> 10:00~12:00過	うどんの ハートフルコメディ 場所:集会室
	<b>スマホLINE講座 ~LINEを使いこなそう~</b> ※どんなスマホでも大丈夫です。ご自分のスマホをお持ちください。 (申込み)2月21日(火)8:45~電話にて先着8名	<b>3月7日(火)</b> 10:30~12:00	講師:ドコモショップ大須店 場所:将棋室
	<b>まずはスマホを触ってみよう!</b> ~らくらくスマートフォンを体験しよう~ (申込み)2月28日(火)8:45~電話にて先着8名	<b>3月14日(火)</b> 10:30~12:00	講師:ドコモショップ大須店 場所:将棋室 ※スマホは貸し出します
自由参加	<b>スマホ相談室</b> ~あなたのお悩み一緒に解決しましょう~ ※各日先着順にて受付(受付①12:30まで ②15:30まで)	①3月3日(金) 10:00~13:00 ②3月17日(金) 14:00~16:00	講師:ドコモショップ大須店 場所:将棋室 ※お1人30分迄
	<b>健康相談</b> ※定員10名(先着順)	<b>3月9日(木) 14:00~</b>	内科 場所:健康相談室
	<b>みんなでピンポン (自由参加)</b> ※持ち物:ラケット(貸出可)・体育館シューズ・飲み物 ※動きやすい服装でお越しください	①3月6日 ②13日 ③20日 10:00~12:00	・練習日:毎週月曜日 ・場所:児童館体育館



令和4年度きてみて体操講座 14:00~15:30

電話申込みのみ:先着35名/各日8:45~受付開始



きてみて体操						きてみてヨガ体操 講師(敬称略):榊原浩文		
開催日 (原則第1・2・3・5木曜)	体操名	イス	講師 (敬称略)	申込開始日	開催日時 (原則第4木曜)	申込開始日		
2月	終了しました						★2月25日(土)	2月13日(月)
3月	2日 木	元気体操(手ぬぐい持参)	有	(株)あい愛マインド	2月16日(木)	3月23日(木)	3月9日(木)	
	9日 木	さわやかヨガ	無	阪井 光子	2月22日(水)			
	11日 土	楽楽体操	有	横川 珠姫	2月25日(土)			
	16日 木	やさしい健康体操	有	いづみニコニコ体操会	3月2日(木)			
	30日 木	さわやかヨガ	無	阪井 光子	3月16日(木)			

## 認知症予防リーダー主催「いにまえづサロン」

~手芸・折り紙・回想法などをおこないます~

回想法サロン 3月13日(月)13:30~15:30 申込み:2月27日(月)8:45~電話にて先着10名

手芸サロン 3月20日(月)13:30~15:30 申込み:3月6日(月)8:45~電話にて先着10名 材料費:100円

さくらサロン 3月29日(水)13:30~15:30 申込み:3月15日(水)8:45~電話にて先着10名

※さくらサロンでは、お花見と桜餅作りを体験します。(材料費:100円程度)

《前津福社会館》電話(052)262-1869

名古屋市中区大須四丁目15-15

(地下鉄「上前津駅」①番出口を出て後方、万松寺東の信号を左折、東へ約130m、前津中学校南) 休館日:日曜日・祝日・年末年始

# 令和5年度 認知症予防事業 受講者募集

<b>認知症予防教室</b> (火・水・木曜日 定員各曜日9名) 期間: 4月～9月 (原則週1回) 対象: 名古屋市在住65歳以上の方 時間: 10:00～12:00 場所: 前津福社会館	<b>申込み: 2月13日(月)～28日(火)</b> 受付: 前津福社会館窓口 (応募多数の場合は抽選) 発表: 3月14日(火)～館内掲示 受講手続き(当選者対象): 3月27日(月)迄
<b>認知症予防リーダー養成講座</b> 全9回(外部研修含む) 期間: 4月5日(水)～ 対象: 名古屋市在住60歳以上の方 時間: 13:30～15:30 場所: 前津福社会館	<b>申込み: 2月13日(月)～</b> 受付: 前津福社会館窓口 先着5名 発表: 3月14日(火)～館内掲示

## 令和5年度から【きてみて体操】が変わります



①木曜体操(第1・2・3・5木曜日) ②木曜ヨガ(第4木曜日) ③土曜体操(第2・4土曜日)

●「きてみて体操 ①木曜体操②木曜ヨガ③土曜体操」の定員を増やします。

1回の定員を5名増やし、土曜体操の回数も増やします。

●電話予約の方法を変えます。

①木曜体操 ②木曜ヨガ ③土曜体操それぞれ1人月1回まで予約できます。

(各体操毎に1つを選んで電話予約してください。)

●予約できなかった人は、当日受付(5名)。

予約できなかった人は、当日13:00から、受付します。

●いろんな体操・ヨガを体験してください。

男性向けの体操も企画しました。

※電話予約キャンセル分は、当日受付分に追加。(キャンセルされる場合はお早めをお願いします。)

	開催日	体操名	講師(敬称略)	申込み開始日
<b>①きてみて 木曜体操</b> (第1・第2・第3・第5) 14:00～15:30 ●電話予約: 各35名(申込み開始日8:45～) (予約はひとり、1か月にいずれか1回) ●予約できなかった人: 当日受付各5名(当日13:00～先着順)	4月分	4月 6日 木	元気体操 (株)あい愛マインド	申込み開始日 3月23日
		13日 木	ゆったりストレッチ (株)あい愛マインド	
		20日 木	やさしい健康体操 いづみニコニコ体操会	
	5月分	5月 11日 木	のびのび体操 (株)ACE	申込み開始日 4月27日
		18日 木	たおやか体操 近藤千英子	
	<b>②きてみて 木曜ヨガ</b> (第4) 14:00～15:30 ●電話予約: 各30名(申込み開始日8:45～) ●予約できなかった人: 当日受付各5名(当日13:00～先着順)	4月分	4月 27日 木	きてみてヨガ 榊原浩文
5月分		5月 25日 木	きてみてヨガ 榊原浩文	申込み開始日 5月11日
<b>③きてみて 土曜体操</b> (第2・第4) 楽楽体操 ①14:00～14:50 ②15:10～16:00 ※①・②どちらか1回のみ その他の体操 14:00～15:30 ※「男性の体力づくり」は男性限定です。 ●電話予約: 各35名(申込み開始日8:45～) (予約はひとり、1か月にいずれか1回) ●予約できなかった人: 当日受付各5名(当日13:00～先着順)	4月分	4月 8日 土	楽楽体操① 横川珠姫	申込み開始日 3月25日
			楽楽体操② 横川珠姫	
		22日 土	男性の体力づくり(男性限定) 酒井美枝子	
	5月分	5月 13日 土	楽楽体操① 横川珠姫	申込み開始日 4月28日
			楽楽体操② 横川珠姫	
		27日 土	のびのび体操 (株)ACE	

当面の間中止している事業: 入浴事業