

参加費無料

令和7年4月開始

名古屋市高齢者
はつらつ長寿推進事業
にこにこ にしくらぶ

参加者 大募集

にし にこにこくらぶ



半年間毎週楽しみながら健康づくり体操や介護予防・フレイル予防に関する知識を学び実施します。また、心と身体の健康づくりを目指し、健康寿命をのばすために欠かせない社会参加（地域の仲間との交流、ボランティア等）へのきっかけづくりも行っています。

申込期間

令和7年2月1日(土)～2月28日(金)

参加期間

令和7年4月～9月
*半年間(週1回選抜会場で出席)

対象者

市内在住の65歳以上の方で、ご自身で会場まで通える方
*介護・看護職員は不在ですので個別対応は致しかねます

参加費

無料(材料費など一部負担あり)

会場

区内8会場より1ヶ所(裏面参照)
*お一人につき1会場のみ申込可能(他区含む)

申込詳細

1会場26名程度
*応募者多数の場合は3月7日(金)10時～本会にて公開抽選
・新規の方が優先となります
*応募結果は全員へ3月21日以降ご自宅に郵送



音楽の日

懐メロを聞いて歌って、心が踊りました♪

仲間がで、人生の目的が新たに増えました！



名古屋市西区社会福祉協議会 担当：木村/三和

〒451-8508 西区花の木2丁目18-1 西区役所5階
本会窓口・郵送・電話・FAXにて*窓口・電話は土日祝除く
☎(052)532-9076 FAX(052)532-9082



西区社協HP



名古屋大学大学院 医学系研究科
上村純一准教授に
プログラム内容等のアドバイスを
いただきながら活動しています！

ふりがな _____

お名前 _____ 男性・女性 _____ 生年月日 _____ 大正 _____ 昭和 _____ 年 _____ 月 _____ 日生

〒 _____

ご希望会場名 _____ 希望会場 _____

ご住所 _____ 区 _____

携帯番号 _____ - _____ - _____ 自宅TEL _____ - _____

*お申込みいただきました個人情報は、本事業の目的のみに利用いたします。

健康づくりで散歩も素敵☆……

この機会に、その先をご一緒に学んでみませんか？



月に1回の健康体操



脳トレ手工作



ボランティア活動



外出企画



介護予防 勉強会



おまちしています



○事前見学も受け付けております。
ご希望の方は事前に本会まで
ご連絡ください。

	時 間(準備・片付け含む)	会 場	所在地と最寄りの交通機関	募集人数
月	10時～12時	榎コミュニティセンター	西区浅間2-8-18 市バス「押切町」地下鉄「浅間町」	各会場 26名程度
	13時45分～ 15時45分	庄内消防団詰所 2階会議室	西区笠取町4 庄内用水浴い黒部橋 市バス「鳥見町」	
火	10時～12時	栄生コミュニティセンター	西区栄生2-13-4 市バス「名鉄栄生」 名鉄「栄生」	
	13時45分～ 15時45分	比良コミュニティセンター	西区比良3-154 六所神社隣り 市バス「比良」	
水	10時～12時	浮野コミュニティセンター	西区浮野町97-93 市バス「平田住宅」	
木	10時～12時	江西コミュニティセンター	西区菊井2-23-3 市バス「菊井町」「リクワの森」	
	13時45分～ 15時45分	山田コミュニティセンター	西区上小田井2-78 市バス「南川町/上小田井二丁目」	
金	13時45分～ 15時45分	城西コミュニティセンター	西区城西4-2-21 市バス「西区役所」地下鉄「浄心」	

*駐車場はございません。会場へは公共交通機関でお越しください。

*事業内容が変更になる場合がございます。

社会福祉法人 名古屋市西区社会福祉協議会

〒451-8508

西区花の木2丁目18-1 西区役所5階

電話532-9076 Fax 532-9082

[ニコニコ西くらぶ]は
名古屋市高齢者はつ
らつ長寿推進事業の
西区の愛称です。

