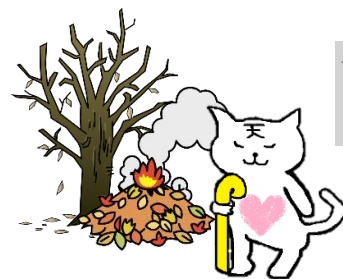


# 天神山福祉会館だより



天神山福祉会館  
マスコットキャラクター  
天々さま



令和6年11月のご案内



今年もやります！

## 名古屋市 福祉会館めぐり

8館以上めぐると素敵な賞品がもらえる！？開催期間・参加方法や当館での取り組み等、福祉会館めぐりの詳細は折り込みチラシをご覧ください。

## ～今月の単発講座のおしらせ～

### 認知症予防リーダーサロン「気軽に楽しむフラダンス体験会」

認知症予防リーダーによる、未経験者大歓迎のフラダンス体験会です。音楽に合わせてみんなで楽しく体を動かしましょう。

立位で運動できる方を募集します。

【日時・場所】

日時：11月1日（金）、13：30～14：30 場所：多目的室

【申込】 10月22日（火）、8：45～、窓口にて受付、先着15名



### ちよっときて体操

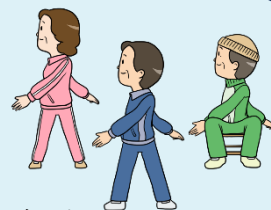
体操やコグニサイズ、楽しいレクなどを行います♪

【日時・場所】

日時：11月16日（土）、14：00～15：00 場所：集会室

【申込】

11月13日（水）、8：45～、窓口・電話にて受付、先着30名



### 理学療法士による健康講話「腰痛と膝痛の仕組みと軽減方法」

理学療法士・杉田先生による腰痛と膝痛に関する健康講話です。予防のための体操にも挑戦！一緒に学んで元気を維持しましょう！

【日時・場所】

日時：11月18日（月）、14：00～15：00 場所：集会室

【申込】

11月11日（月）、8：45～、窓口・電話にて受付、先着40名



## スマホレベルアップ体験会 (iPhone 編)

講師持込のスマホを使って iPhone の操作を学びます。スマホを使いこなしたい！LINE の機能をもっと知りたい！そんな方におすすめです。

### 【日時・場所】

日時：11月22日（金）、13：30～15：30 場所：多目的室

### 【申込】

11月11日（月）、8：45～、窓口にて受付、先着12名

## 足ゆびストレッチ&トレーニング体験と便利な福祉用具の紹介

転倒予防のための足ゆびストレッチや映像を見ながらの座学となります。また、福祉用具プラザ職員による便利な福祉用具の紹介もあります。

### 【日時・場所】

日時：11月29日（金）、10：15～11：45 場所：集会室

### 【申込】

11月11日（月）、8：45～、窓口・電話にて受付、先着30名

## 脳トレプリントサロン

大人気！みんなで脳トレプリント問題を解きます。

### 【日時・場所】

日時：11月30日（土）、14：00～15：00 場所：集会室

### 【申込】

11月12日（火）、8：45～、窓口・電話にて受付、先着30名



## 映画上映会「ローマの休日」

オードリーヘプバーンが出演する、世界中で愛され続けている名作です！今回から事前申し込み無しで、ご参加いただけます！

### 【日時・場所】

日時：11月28日（木）、9：30～11：30 場所：集会室

### 【申込】

不要。ただし、席数には限りがあります。（45席）

コロナ感染防止の為、定員超過の場合入室をお断りする事があります。



## 毎月第2金曜は 石黒医院・院長による健康相談

持病のことや何気ない体の不調、ちょっと気になることなど、何でもご相談ください。健診結果を見ながらのご相談もできますよ。

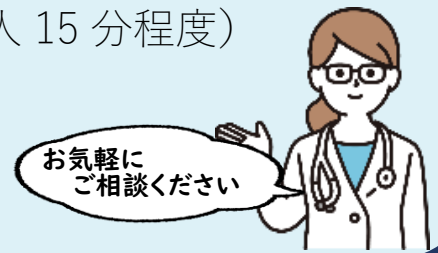
### 【日時・場所】

日時：11月8日（金）、14：00～15：00（1人15分程度）

場所：健康相談室

### 【申込】

窓口及び電話にて随時受付、定員4名



## 12月開催の単発講座のおしらせ（11月申し込み分）

### 世代間交流事業 卓球大会

児童館の子どもたちと一緒に卓球を楽しんでみませんか？

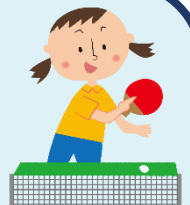
### 【日時・場所】

日時：12月7日（土）、10：00～11：30 場所：西児童館

【申込】11月12日（火）、8：45～、窓口にて受付、先着15名

### 【その他】

当日は9：40頃、福祉会館に集合して児童館に徒歩で向かう予定です。



### ちょっときてペーパークラフト

「ポップアップカード」を作ります。当日はハサミを使いますので、**使い慣れたはさみ**と必要な方は**眼鏡をお持ち**ください。

### 【日時・場所】

日時：12月7日（土）、14：00～15：00 場所：集会室

### 【申込】

11月13日（水）、8：45～、窓口にて受付、先着16名

### 天神山福祉会館利用案内

【住所・電話番号】〒451-0062 西区花の木三丁目18-12 TEL：531-0023/FAX：521-3369

【開館日】月～土曜日（祝日・年末年始を除く）【開館時間】午前8時45分～午後5時

【利用資格】名古屋市にお住いの60歳以上で利用証をお持ちの方  
※交付には身分証明書（保険証、運転免許証等）が必要です

天神山福祉会館は、社会福祉法人名古屋市西区社会福祉協議会が指定管理者として運営しています。

