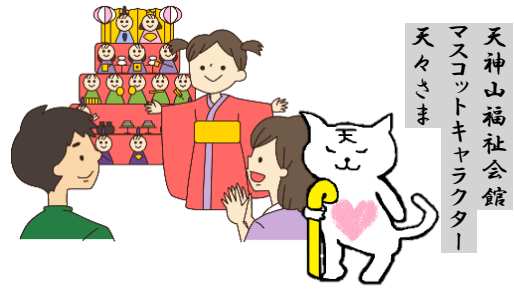


# 天神山福祉会館だより

令和7年3月のご案内



天神山福祉会館  
マスコットキャラクター  
天々さま

## 予告

## 4月から土曜リズム体操が パワーアップ!

大好評!今年度スタートの「土曜リズム体操」が、より参加しやすくパワーアップします。申込不要で、月2回の開催です。この機会にぜひご参加ください!※今月は土曜リズム体操がありません。

【開催日時等】毎月第1・3土曜日(一部変更あり)

A:13:00~13:40(30名)  
B:14:00~14:40(30名) } どちらかのみ

【申込】**不要**。ただし、Aが定員に達した際は、Bの時間までお待ちいただくことがあります。ご了承ください。

## ~今月の単発講座のおしらせ~

### 認知症予防リーダーサロン「コグニサイズ体験会 コグニラダーに挑戦!」

認知症予防リーダーと一緒にラダーを使ったコグニサイズに挑戦!  
今回は、**立位でコグニサイズ**を行います。

【日時・場所】

日時:3月7日(金)、13:30~14:30 場所:多目的室

【申込】2月25日(火)、8:45~、窓口にて受付、先着16名



### ちよっときて体操

大人気!職員による体操です。今回は椅子に座っての体操と立って行う体操をします。今話題のコグニサイズも行いますよ!

【日時・場所】

日時:3月14日(金)、10:30~11:30 場所:集会室

【申込】3月12日(水)、8:45~、窓口・電話にて受付、先着30名



## 理学療法士によるコグニサイズ体操

理学療法士・古賀先生によるコグニサイズ体操です！間違えちゃっても大丈夫！みんなで笑って楽しく体を動かします♪

### 【日時・場所】

日時：3月22日（土）、10：00～11：30 場所：集会室

### 【申込】

3月13日（木）、8：45～、窓口・電話にて受付、先着35名



## 介護予防・ろっ骨体操「かきら」の体験と便利な福祉用具の紹介

大好評のろっ骨体操です！ろっ骨を意識して、自律神経を整えます。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：3月26日（水）、13：30～15：00 場所：集会室

### 【申込】

3月12日（水）、8：45～、窓口・電話にて受付、先着30名



## 天神山スマホ教室「スマホのセキュリティについて」

様々な機能や便利な使い方があるスマホを安全に使うためのポイントなどを学びます。ご自身のスマホをご持参の上、ご参加ください。

### 【日時・場所】

日時：3月28日（金）、14：00～15：00 場所：多目的室

### 【申込】

3月21日（金）、8：45～、窓口にて受付、先着8名



## 脳トレプリントサロン 特別編

大人気の脳トレプリントサロンに、日本福祉大学から特別講師が来ます！いつもとは少し違う、解説付き脳トレ問題と一緒にチャレンジしませんか？

### 【日時・場所】

日時：3月29日（土）、10：30～12：00 場所：集会室

### 【申込】

3月13日（木）、8：45～、窓口・電話にて受付、先着40名



## 映画上映会「ターミナル」

突如、空港（ターミナル）で長期間過ごすことになった男とそこで出会う人たちを描いた心温まる作品です。暗幕整備でより快適にご覧いただけるようになりました！

### 【日時・場所】

日時：3月27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。

## 落語を楽しむ会～あさかぜ落語会～

当館で大人気！立山良心氏による落語を楽しむ会です。演目は当日のおたのしみ！

### 【日時・場所】

日時：3月15日（土）、14：00～15：00 場所：集会室

### 【申込】

3月13日（木）、8：45～、窓口・電話にて受付、先着45名



## 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：3月14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



## 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。

