



令和 6 年 7 月号

昭和福祉会館だより



演奏会

12日 (金)

10時~11時

「夏の空を見上げて」

演奏：マンドリンアンサンブル ドルチェ

マンドリンの心地良い音色に耳を傾け、穏やかな時間をお楽しみください。(定員35名。受付開始：7月5日(金))



奏筆

26日 (金)

10時30分~正午

「なんかいいがなぜがいい」

講師：馬淵 将樹 氏

常識にとらわれず、筆を踊らせ、楽しく文字を描きます。材料費350円が必要です。(定員12名。受付開始：7月19日(金) 電話のみ)



健康教室

29日 (月)

10時~11時30分

「熱中症予防」

講師：名古屋ヤクルト販売株式会社

熱中症の予防方法や対処方法を楽しく学び、暑さに負けない体づくりをしましょう。(定員30名。受付開始：7月22日(月))



スマホ教室

29日 (月)

13時30分~15時

「SNS・コミュニケーションアプリの利用方法」

講師：ドコモCS東海

LINEなどの使い方を学びます。スマホをお持ちの方はご持参ください。貸し出しもあります。(定員12名。受付開始：7月18日(木) 電話のみ)



音楽体操

30日 (火)

10時~11時

「ミュージックサーフィン」

講師：古川 洋子 氏、村井 博史 氏

「音楽の波に乗ってサーフィンをする」感覚で、楽しく身体を動かします。(定員30名。受付開始：7月25日(木))



音楽会

30日 (火)

13時30分~15時

「みんなで歌おうこころの歌~夏色~」

講師：石川 清美 氏、山本 千恵子 氏

認知症予防リーダーさんの演奏で、楽しく歌ってこの夏を乗り切りましょう。(定員30名。受付開始：7月23日(火))



映画会

31日 (水)

13時30分~15時26分

「オリオン座からの招待状」 (2007年)

小さな映画館を守り続けたふたりの愛と、優しい奇蹟の物語。監督：三枝健起 / 出演：宮沢りえ、加瀬亮 ほか (定員30名。受付開始：7月20日(土))

※いずれも、先着順受付。来館(「奏筆」「スマホ教室」を除く)又は電話(8時45分~17時)でお申し込みください。

「防災セミナー」

5月10日（金）



なごや防災ボランティアネットワーク 昭和の小塚勝氏をお迎えして「災害を知って備えよう」と題してお話を伺いました。元日に発生した能登半島地震の現状や避難所で起きた様々な問題点を知り、自宅で避難生活を送れる備えとして、家具の固定や災害時のトイレ問題、家族やご近所との地域の助け合いが命を救うなど、名古屋での地震災害に備えた具体的なポイントを学びました。



「折り紙サロン」

5月11日（土）



今回は、3種類のバラの折り方に挑戦しました。一つ目は鶴を折る途中までの段階からバラに変形していきました。二つ目は座布団折りから進めていきました。三つ目は風船を折る途中の段階から進めていきました。葉っぱの折り方も教えてもらい、皆さん多くのバラを折る事ができました。自宅で綺麗に飾ってみえますでしょうか。



「ひまわり冒険サロン」

5月23日（木）



まずは、認知症予防リーダー養成講座を受講中の皆さんがホームエクササイズや口腔体操など、準備体操も兼ねて行いました。その後、メインイベントのモルック体験会を行いました。なかなか思い通りにいかず、まるで意思があるかのように曲がるモルックに四苦八苦。それでも時間通りに勝負がついてとても楽しい時間を過ごすことができました。ひまわり冒険サロンは奇数月に開催しています。皆さんの参加をお待ちしています。

「うたごえ集会」

5月29日（水）



キーボード演奏者中村守郎さんをお招きし、「二匹のねずみの歌声サロン」を開催しました。中村さんの軽快なトークを楽しみながら、おなじみのフォークソングから演歌、童謡まで盛りだくさん。綺麗にハーモニーを響かせる曲もあって、参加された皆さんの音楽力にも圧倒されました。今回は二匹ではなく一匹のねずみで残念でしたが、一匹でも十分に楽しい歌声サロンでした。



熱中症予防のために

高齢者は、①体内の水分が不足しがちなこと、②暑さやのどの渇きを感じづらいこと、③暑さを身体から逃がす機能が低下していることから、熱中症のリスクが高くなります。しっかり予防して暑い夏を乗り切りましょう。



✓ のどが渇いていなくてもこまめに水分・塩分を補給しましょう。

1日あたり1.2リットルを目安に



✓ 室温や外気温を測定し、扇風機やエアコンを使って温度調整するよう心がけましょう。



✓ 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用したり、外出時には日傘や帽子を着用しましょう。



⚠ 『熱中症警戒アラート』が発表されたときは、徹底した予防行動をとりましょう。

参加者募集！

健康相談

7月11日(木) 14時～順次
場所：健康相談室

滝川いきいきクリニックの池内克彦先生
(外科・整形外科)による個別相談です。
病院に行くまでもないけれど
気になることがある方、予約
を受け付けています。



おりがみサロン



ユリとホオズキを折ります。 難易度 ★★★☆☆

- ・日時：7月13日(土) 10時30分～正午
- ・定員：20名
- ・持ち物：折り紙、のり、はさみ
- ・申込受付開始：7月8日(日)



懐かし映画上映会



7月上映予定 (① 9時30分 ② 13時30分)

- ◎ 6日「搜索者」(1956年)
監督：ジョン・フォード／出演：ジョン・ウエイン
- ◎ 13日「キューポラのある街」(1962年)
監督：浦山桐郎／出演：吉永小百合、浜田光夫
- ◎ 20日「太陽がいっぱい」(1960年)
監督：ルネ・クレマン／出演：アラン・ドロン
- ◎ 27日「丹下左膳」(1958年)
監督：松田定次／出演：大友柳太郎、大川橋蔵
(1日2回上映。定員各回先着10名。上映
日の3日前の水曜日から受付。)

介護相談

西部いきいき支援センター職員による介護相談

7月17日(水) 14時～
前週の土曜日まで予約受付

- ※ いずれも、先着順受付。来館又は電話
(8時45分～17時) でお申し込みください。

ひまわり冒険サロン



認知症予防リーダーとポッチャを楽しみましょう。

- ・日時：7月25日(木) 13時30分～15時
- ・定員：20名
- ・申込受付開始：7月16日(火)

わくわくサロン 追加募集

	内容	日程	募集人数
◎	フレイル予防&オーラルフレイル	7月16日(火)	3名
Ⓚ	リズム体操	8月27日(火)	1名
Ⓝ	フレイル予防&オーラルフレイル	9月4日(水)	1名

※ 開催時間はいずれも13時30分～15時。

※ 7月1日(月)から先着順受付。

台風シーズンを迎えます。台風接近時には、市域に
暴風警報や大雨等の特別警報が発表されていないか
ご確認ください。これらの警報発表時は、午前7時
までに解除されない場合は午前の、午前11時までに
解除されない場合は午後の事業を中止します。福祉
会館からは中止の連絡はいたしませんので、ご不明
な点がありましたら会館までお問い合わせください。

昭和福社会館の利用案内

□ 所在地 〒466-0015 名古屋市昭和区御器所通1-6-1
電話 881-0600 FAX 881-0601

□ 利用対象 名古屋市内在住の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)
□ 開館日 月曜日～土曜日(祝日・年末年始を除く)

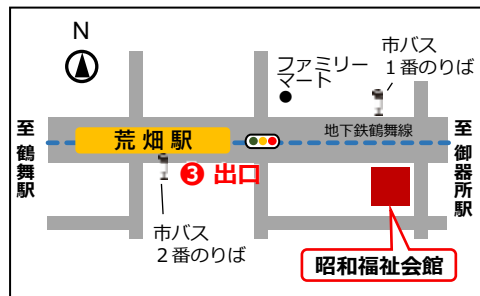
□ 開館時間 8時45分～17時

□ 利用手続
・初めて利用される時は、最寄りの福社会館で
利用証の交付を受けてください。
・発行の際には、住所・生年月日が記載された免
許証、健康保険証などの身分証明が必要です。
・利用証で市内の全福社会館が利用できます。



↑こちらからアクセス

□ 会館ホームページ <http://yagotoku.ec-net.jp/>



- 地下鉄 鶴舞線
「荒畑駅」③番出口から
東へ約100m
- 地下鉄 鶴舞線・桜通線
「御器所駅」⑤番出口から
西へ約500m
- 市バス 「荒畑」下車



昭和福社会館は、社会福祉法人名古屋市昭和区社会福祉協議会が指定管理者として運営しています。

令和6年 7月 行事予定表

上段：午前
下段：午後

日	曜	集会室			多目的室			囲碁・将棋室		健康相談室
		1	2	3	1	2	3	1	2	
1	月	観世流謡曲講座 宝生流謡曲講座			みずきの会 サービス向上委員会			ひよっこ		
2	火	詩吟講座 英会話講座			認知症予防教室					
3	水	フラダンス講座 大正琴講座			認知症予防教室			環境囲碁		
4	木	華道講座 カラオケ同好会			認知症予防教室 認知症予防リーダー養成講座			ひよっこ		
5	金	太極拳講座 健康体操講座・B			甚鯨会 日本民謡愛好会			英会話初級 英会話中級		
6	土	八事ウクレレ会 関西吟詩同好会		ソフトエアロビ フラ・レイナニ	懐かし映画会 懐かし映画会			環境囲碁 ひよっこ		
7	日									
8	月	健康体操講座・A ヨガ講座・A			八宝会			さくらんぼ会 ひよっこ		鯨城囲碁
9	火	詩吟同好会 コーラス講座・A			認知症予防教室 わくわくサロン			ひよっこ		初心者囲碁講座
10	水	しらかわ俳句会	添削書道講座 梓書道同好会		認知症予防教室 わくわくサロン			茶道講座 茶道講座		環境囲碁
11	木	民謡講座 カラオケ同好会			認知症予防教室 認知症予防リーダー養成講座			四季同好会 ひよっこ		健康相談
12	金	★マンドリンコンサート リハビリ体操講座			喜乃会			控室		二八会
13	土	折り紙サロン		ソフトエアロビ	懐かし映画会 懐かし映画会			環境囲碁 ひよっこ		
14	日									
15	月	海の日								
16	火	詩吟講座 英会話講座			認知症予防教室 わくわくサロン			ひよっこ		
17	水	フラダンス講座 絵手紙講座			認知症予防教室 わくわくサロン			濃茶研究会 濃茶研究会		環境囲碁
18	木	華道講座 認知症予防リーダー打合せ			認知症予防教室 認知症予防リーダー養成講座			なかよし折り紙 ひよっこ		介護相談
19	金	太極拳講座 日本舞踊講座			健康マージャン 日本民謡愛好会			楽マージャン同好会		
20	土	コーラス講座・B 関西吟詩同好会			懐かし映画会 懐かし映画会			環境囲碁 ひよっこ		
21	日									
22	月	コーラス同好会			みずきの会			ひよっこ		鯨城囲碁
23	火	詩吟同好会 リハビリ体操講座 15-輝く女性のカラオケ会			認知症予防教室 わくわくサロン			オハナ趣味の会		初心者囲碁講座
24	水	添削書道講座 梓書道同好会			認知症予防教室 わくわくサロン			茶道同好会 茶道同好会		環境囲碁
25	木	民謡講座 ひまわり冒険サロン			認知症予防教室 認知症予防リーダー養成講座					
26	金	俳句講座 日本舞踊講座			★奏筆 英会話(E.E.)			鯨城26美会 四季同好会		二八会
27	土	スクエアダンス同好会		フラ・レイナニ	懐かし映画会 懐かし映画会			環境囲碁 ひよっこ		
28	日									
29	月	★熱中症予防 ヨガ講座・B			★スマホ教室			ひよっこ		鯨城囲碁
30	火	★ミュージックサーフィン ★みんなで歌おうこころの歌								
31	水	映画会						環境囲碁 ひよっこ		

★いらっしやい事業