



令和 7 年 5 月号

昭和福祉会館だより



マンドリンコンサート 17日(土) 10時30分～11時30分

「さわやかな風にのせて」演奏：マンドリンアンサンブル ドルチェ

爽やかな季節になりました。みなさんで一緒にマンドリンの素敵なアンサンブルとともに懐かしい歌を歌いましょう。

(定員40名 受付開始：5月12日(月))



エアロビクス 30日(金) 10時～11時30分

「はじめてのエアロビクス」 講師：村山 真澄 氏

はじめての方も音楽にあわせて楽しんで身体を動かしてみませんか。

(定員20名 受付開始：5月23日(金))



映画会 30日(金) 13時30分～15時39分

「学校」(1993年)

夜間中学に通う人々。忘れかけていた温もりがここにあった。

同級生の病死で考える、幸福って何だろう。

第17回日本アカデミー賞 最優秀作品賞、最優秀主演男優賞 他多数受賞

監督：山田洋次／出演：西田敏行、竹下景子 ほか

(定員30名 受付開始：5月22日(木))

※ 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。

※ できるだけ多くの方にご参加いただけるよう、申し込まれた行事に参加できなくなった場合は、必ず**事前にキャンセルのご連絡**をいただきますようお願いいたします。

福祉会館利用手続(利用証の発行)について

- 初めて福祉会館を利用する場合には、最寄りの福祉会館において利用申込手続を行っていただき、利用証の交付を受ける必要があります。
- 利用証の有効期間は、発行日の翌年の誕生月の末日までです。誕生月を迎えられましたら市内16区いずれかの福祉会館で更新の手続を行ってください。以降の有効期間は誕生月の末日から1年間となりますので、毎年の誕生月に更新手続を行ってください。
- 利用証の有効期間満了日から2年を超える期間更新をされませんと、再度福祉会館を利用される際、新たに利用申込手続を行っていただく必要がありますのでご注意ください(令和6年4月以降は市内16区すべての福祉会館で利用申込手続が行えるようになりました。)
- 利用申込及び更新の手続の際は、健康保険証などの身分証明書をご提示ください。

「折り紙サロン」

3月8日（土）

今回は、チューリップのリースを作りました。まず、通常の大きさの折り紙で葉っぱの部分を8枚折りました。枚数折る大変さと折り忘れがあったり、皆さん黙々と折ってみえました。8枚を組み合わせてリースにする事は比較的スムーズにできました。チューリップの花は、1/4サイズの折り紙でかわいいお花ができました。お花の花の器を作る予定でしたが、時間が足りなくなったので、またの機会にと思います。



「健康体操 骨盤底筋体操」

3月14日（金）

中村徳子 先生をお迎えして、身体の仕組みや呼吸法について教えていただきました。今の身体の状態を知るために、立ち上がりや腰ひねりを体験後、呼吸法を教えてください、再度、腰ひねりを体験し、前後の身体の変化を体感しました。



健康講話：3月27日（木） 心筋梗塞について

たけざわ

循環器内科クリニック
院長 竹澤博人 先生



心筋梗塞は70代に多い中年以降の病気。冠動脈リスクファクターがあると足し算ではなく、掛け算的にリスクは上がります。症状は胸の痛み、圧迫感から吐き気、冷や汗、背中やのどの痛みなど様々。安静にしても15～30分症状が治まらなければ救急車を呼んでください。気になることがあれば循環器内科に受診し、リスクファクターの予防、管理が大切だと学びました。

「落語会 あさかせ落語」

3月29日（土）

立山良心 氏

演目は「鈴ヶ森」と「蜘蛛駕籠」の二本。演目にあわせて衣装替えがあり、表情豊かに登場人物になりきって演じてくださり、楽しいひと時となりました。

最後はお客様も全員で「コーリャコーリャこりゃこりゃさのチョイナ」と声を合わせ締めました。ご参加の皆様、ありがとうございました。



「筋トレ体操 貯金をしよう！」 3月31日（月）

健康運動指導士の牧野智基 先生をお迎えし「貯金をしよう！」を開催しました。始めにじゃんけんや指折りの脳トレ的な体操を行い、その後エアロビクスのような動きやスクワットで全身を動かしました。後半は、コグニサイズラダーを使用し、3の倍数で枠の外に足を出したり、手拍子をしたりしながらステップを踏みました。



令和6年度 3月13日（木） 第2回サービス向上委員会

会館事業について利用者へのサービス向上の観点からご審議いただく令和6年度の第2回サービス向上委員会を開催しました。事務局からの令和6年度の2月までの利用状況、令和6年度の事業計画や利用者満足度調査結果などの説明の後、委員の皆さんから、事業の充実や利用者層の拡充などについて、様々な意見をいただきました。いただいた意見や要望は今後の会館運営に活かして行きたいと思っております。

参加者募集！

健康相談

5月8日(木) 14時～順次
場所：健康相談室

むぎしまファミリークリニック(内科・消化器内科)の麦島昭彦先生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。



スマホ教室

講師：ドコモCS東海

開催日：5月9日(金)

「スマホ体験会」

・時間：10時～正午・定員：9名(先着)

※ スマートフォンをお持ちでない方限定

「新しくアプリをインストールしてみよう」

「安心・安全にインターネットを楽しもう」

・時間：13時30分～15時30分

・定員：9名(先着)

申込受付開始：5月2日(金) (電話のみ)



Leader's サロン

“健康マージャン体験会”

「賭けない、飲まない、吸わない」初心者向けマージャン体験会です。

日時：5月20日(火) 9時30分～11時30分

定員：8名(先着)

申込受付開始：5月13日(火) (電話のみ)

※ いずれも、来館(「スマホ教室」「リーダーズサロン」を除く)又は電話(8時45分～17時)でお申し込みください。

おりがみサロン

難易度 ★★☆☆☆

ネクタイとネクタイ付のハートを折ります。

- ・日時：5月10日(土) 10時30分～12時
- ・定員：20名(先着)
- ・持ち物：折り紙、のり、はさみ
- ・申込受付開始：5月8日(木)



懐かし映画上映会



月2回土曜日に、わくわくルームで、昭和の時代の古き良き名作映画を上映します。

5月上映予定 (① 9時30分 ② 13時30分)

◎10日「駅馬車」(1939年)

監督：ジョン・フォード／出演：ジョン・ウェイン

◎24日「安城家の舞踏会」(1947年)

監督：吉村公三郎／出演：原節子

(1日2回上映。定員各回先着12名。上映日の3日前の水曜日から受付。)

春季囲碁大会

・期間：6月2日(月)～6月30日(月)

・参加申込期限：5月26日(火)まで(来館受付)

新任館長 就任しました

4月1日付で館長になりました水野道明と申します。みなさんに楽しんで利用いただけるように精進してまいりますのでよろしくお願いいたします。

昭和福祉会館の利用案内

□ 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、最寄りの福祉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祉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



昭和福祉会館は、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7年 5月 行事予定表

上段：午前
下段：午後

週	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	木	華道講座			認知症予防教室		短歌を楽しむ会				
		カラオケ同好会			リーダー養成講座		ひよっこ				
2	金	太極拳講座			碁鮎会		英会話初級				
		健康体操講座・B			喜乃会		英会話中級				
3	土	憲法記念日									
4	日	みどりの日									
5	月	こどもの日									
6	火	振替休日									
7	水	フラダンス講座			認知症予防教室			環境囲碁		リーダー打合せ	
		大正琴講座			わくわくサロン		楽マージャン同好会				
8	木	民謡講座			認知症予防教室		四季同好会			健康相談	
		カラオケ同好会			リーダー打合せ		ひよっこ				
9	金						スマホ教室	二八会			
		リハビリ体操講座			喜乃会		スマホ教室				
10	土	折り紙サロン		ソフトエアロビ	懐かし映画会			環境囲碁			
		吟詩講座			懐かし映画会		ひよっこ				
11	日										
12	月	健康体操講座・A					さくらんぼ会	鮎城囲碁			
		ヨガ講座・A			八宝会		ひよっこ				
13	火	詩吟講座			認知症予防教室		リーダー打合せ	初心者囲碁講座			
		コーラス講座・A			わくわくサロン		ひよっこ				
14	水	添削書道講座			認知症予防教室		茶道講座	環境囲碁			
		しらかわ俳句会	梓書道同好会		わくわくサロン		茶道講座				
15	木	華道講座			認知症予防教室		なかよし折り紙				
					リーダー養成講座		ひよっこ				
16	金	太極拳講座			健康マージャン		四季同好会				
		日本舞踊講座					楽マージャン同好会				
17	土	★マンドリン			健康ダンス		マンド控え	環境囲碁			
			関西吟詩同好会				ひよっこ				
18	日										
19	月	コーラス講座・B			松謳会		アイドルYYY	鮎城囲碁			
		ヨガ講座・B			八宝会		ひよっこ				
20	火		詩吟同好会		認知症予防教室		leader'sサロン				
		英会話講座			わくわくサロン		ひよっこ				
21	水	フラダンス講座			認知症予防教室		濃茶研究会	環境囲碁			
		絵手紙講座			わくわくサロン		濃茶研究会				
22	木	民謡講座			認知症予防教室						
					リーダー養成講座						
23	金	俳句講座			サロン準備		鮎城26美会	二八会			
		日本舞踊講座			英会話(E.E.)						
24	土	スクエアダンス同好会		フラ・レイナニ	懐かし映画会			環境囲碁			
		吟詩講座			懐かし映画会		ひよっこ				
25	日										
26	月	コーラス同好会	観世流謡曲講座			みずきの会		初級囲碁教室	鮎城囲碁		
		宝生流謡曲講座				リーダー打合せ		ひよっこ			
27	火	詩吟講座			認知症予防教室		オハナ趣味の会	初心者囲碁講座			
		リハビリ体操講座		輝く女性のカラオケ会	わくわくサロン						
28	水				認知症予防教室		茶道同好会	環境囲碁			
		梓書道同好会					茶道同好会				
29	木	添削書道講座									
		ひまわり冒険サロン			リーダー養成講座		ひよっこ				
30	金	★初めてのエアロビクス									
		映画会									
31	土		フラ レイナニ					環境囲碁			
							ひよっこ				

太字：主催講座 ★：いらっしやい事業