



令和7年6月号

昭和福祉会館だより



昭和の歌謡曲

13日(金)

10時~11時30分

「輝いていた頃の昭和の歌謡曲」

講師：小塚勝氏



懐かしい映像とともにみんなで歌いましょう。

(定員40名。受付開始：6月6日(金))

健康講話

19日(木)

14時~15時

「検診と肺がん」

講師：鈴木内科 鈴木勝雄 先生



日本人で死亡数が多いといわれる「肺がん」。検診と肺がんについての正しい知識を身につけましょう。(定員30名。受付開始：6月12日(木))

筋トレ体操

21日(土)

10時~11時30分

「貯筋をしよう！」

講師：牧野智基氏



日々いきいきと生活するためのカラダ作りや、転倒予防のための筋力トレーニングを、レクリエーションを交えつつ楽しみながら実践していきます。(定員30名。受付開始：6月14日(土))

男性体力づくり

23日(月)

13時~14時20分

「楽しく男性体力づくり」

講師：酒井美枝子氏



日常生活に楽しく体力づくりを取り入れてみましょう。

(定員20名。受付開始：6月16日(月))

明治食育セミナー

30日(月)

10時~11時30分

「命を守る“水” 見直そう！ 水分補給」 協力：株式会社 明治

2025年の夏も「猛暑」と予想されています。本格的な夏の前に水分補給の正しい知識を学びましょう。(定員35名。受付開始：6月23日(月))



映画会

30日(月)

13時30分~15時06分

「ハドソン川の奇跡」(2016年)

極寒のニューヨーク上空で航空機を突如襲った全エンジン停止事故。飛行不能となった機体をハドソン川へ無事に不時着させ、乗客と乗員全155人の命を救う。ところが究極の決断に思わぬ疑惑がかけられ、その名声もキャリアも失墜の危機に瀕してゆく。監督：クリント・イーストウッド/出演：トム・ハンクスほか

(定員40名。受付開始：6月19日(木))

※ 6月から受付方法が「電話での先着順受付(8時45分~17時)のみ」に変更となりましたので、よろしくお願ひいたします。
それに伴い受付開始日は、電話がつながりにくい状況となりますが、何卒、ご了承ください。

「折り紙サロン」 4月12日（土）



カーネーションとお花の器を折りました。カーネーションは、1/4サイズの折り紙に細かな折り目を入れたものを4枚重ねると花の部分ができ、その後茎・葉・ガクを折りました。細かい折り目がありましたが皆さん折ることができ、全てのパーツを組み合わせかわいいうカーネーションが出来上がりました。その後は、前回出来なかったお花の器に挑戦しましたが、折りたたみ方が少し複雑で皆さん苦戦してみえました。



「みんなで歌おうころの歌」

4月30日（火）



認知症予防リーダーの石川清美さんと山本千恵子さんによる「みんなで歌おうころの歌～春うらら～」を開催しました。「パタカラ」で発声練習を兼ねた口腔体操を行い、歌う準備は万端！今回は「春うらら」ということで、「春」と「花」をテーマにみんなで歌いました。歌にあわせて体操したり、昭和区の花「ハナミズキ」や卯の花の写真、懐かしのスターの写真などをみながら懐かしい歌をうたい、「楽しかった」「またやってね」という感想をたくさんいただきました。



「元気体操」

4月19日（土）



久野和美先生をお迎えし、元気体操を行いました。様々な体の部位を意識しながら深呼吸。体中に新鮮な空気を送り込みます。ストレッチで体をほぐし、曲にあわせて筋トレを行いました。メロディーにあわせて体を動かしているだけなのに、筋肉が鍛えられ一石二鳥♪後半は、♪東京ドンパ娘♪と♪シャラップ&ダンス♪を先生の振付にあわせて踊りました。四季にあわせた連想表現も飛び出して大笑い！頭も心も体もしっかりと動いた楽しい時間となりました。



参加者募集！

令和7年度 7月～9月期 わくわくサロン

様々な内容のプログラムをサロン形式で行います。

- ・実施期間：令和7年7月～9月
- ・開催日程：右表のとおり
- ・時間：13時30分～15時
- ・定員：各クラス12名（抽選）
- ・参加費：無料
- ・申込期間：6月2日⑨～14日⑩
- ・結果発表：6月26日⑪に館内掲示

※結果発表は、電話でもお問い合わせ可能です。また、定員に空きが生じた場合、補欠の方への連絡はせず、随時、館内掲示でお知らせし、追加申込の受付を行います。



記号	月	日	内容	記号	月	日	内容
①	7月	8	リズム体操	①	8月	20	フレイル予防 & オーラルフレイル
②		9	写経体験	②		26	リズム体操
③		15	ぬり絵	③		27	レクリエーション
④		16	脳トレ	④	9月	2	脳トレ
⑤		22	フレイル予防 & オーラルフレイル	⑤		3	フレイル予防 & オーラルフレイル
⑥		23	リズム体操	⑥		9	レクリエーション（調理）
⑦		5	ちぎり絵	⑦		10	リズム体操
⑧	8月	6	リズム体操	⑧	24	ちぎり絵	
⑨		19	脳トレ	⑨	30	リズム体操	

※ 各月ごとに1つのプログラムを選んで申し込みできます。

わくわくサロンは、来館にてお申し込みください。電話でのお申し込みはできません。

参加者募集！

健康相談

6月12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

難易度

★★★☆☆

鶴からのカエルを折ります。🐸

・日時：6月14日(土) 10時30分～正午

・定員：20名(先着)

・持ち物：折り紙、のり、はさみ

・申込受付開始：6月7日(土)



懐かし映画上映会



6月上映予定 (① 9時30分 ② 13時30分)

■ 6月14日(土)

「ティファニーで朝食を」(1956年)

監督：ブレイク・エドワーズ

出演：オードリー・ヘプバーン

※定員：各回 先着12名。上映日の3日前の水曜日から受付。

■ 6月28日(土)

「太平洋ひとりぼっち」(1963年)

監督：市川崑

出演：石原裕次郎、田中絹代、浅丘ルリ子

参加希望の方は、電話(8時45分～17時)でお申し込みください。

福社会館からのお知らせ

同好会代表者のみなさまへ

令和7年7月から、部屋どりのルールが新しくなります。同好会代表者の方へご案内をお送りするほか、昭和福社会館webサイトにも掲載しますので、詳細はそちらをご確認ください。

⚠️ 気象警報発表等に伴う会館の利用について

種別	暴風警報・暴風雪警報・特別警報	大雨・洪水・高潮・大雪警報	
講座、同好会、 会館事業、認 知症予防事業 その他の事業	午前7時までに解除されない場合 午前7時から午前11時までの間に 解除された場合 午前11時までに解除されない場合	午前の事業を中止します。 午後の事業を実施します。 午後の事業を中止します。	原則として事業を実施します。ただし、予想される危険によっては、市と協議のうえ暴風警報に準じた措置をとります。
自由利用	警報発表中は原則として会館の利用はできません。		

※ 震度5強以上の地震発生、東海地震注意情報・警戒宣言が発令された場合は、事業を中止します。

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 ・初めて利用されるときは、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7年 6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	日										
2	月	観世流謡曲講座 宝生流謡曲講座			みずきの会		リーダー打合せ				リーダー打合せ
3	火	詩吟同好会 英会話講座			認知症予防教室 わくわくサロン		ひよっこ				
4	水	フラダンス講座 大正琴講座			認知症予防教室 わくわくサロン			環境囲碁			
5	木	華道講座 カラオケ同好会			認知症予防教室 リーダー養成講座		短歌を楽しむ会	リーダー打合せ			
6	金	太極拳講座 健康体操講座・B			鯨城会 喜乃会		英会話初級 英会話中級				
7	土	八事ウクレレ会 関西吟詩同好会		フラ・レイナニ	ソフトエアロビ 健康ダンス			環境囲碁			
8	日										
9	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			
10	火	詩吟講座 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			
11	水	添削書道講座 しらかわ俳句会			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		リーダー打合せ
12	木	民謡講座 カラオケ同好会			認知症予防教室 リーダー打合せ		四季同好会 ひよっこ				健康相談
13	金	★昭和の歌謡曲 リハビリ体操講座			喜乃会			二八会			
14	土	折り紙サロン 吟詩講座		ソフトエアロビ	懐かし映画会 懐かし映画会		和みの会 ひよっこ	環境囲碁			
15	日										
16	月	コーラス講座・B ヨガ講座・B			松謡会 八宝会		アイドルYYY ひよっこ	鯨城囲碁			
17	火	詩吟同好会 英会話講座			認知症予防教室		ひよっこ	leader'sサロン			リーダー打合せ
18	水	フラダンス講座 絵手紙講座			認知症予防教室		濃茶研究会 濃茶研究会	環境囲碁			
19	木	華道講座 健康講話			認知症予防教室		なかよし折り紙 ひよっこ				
20	金	太極拳講座 日本舞踊講座			健康マーじゃん		四季同好会 楽マージャン同好会				
21	土	★筋トレ体操 関西吟詩同好会			健康ダンス			環境囲碁			
22	日										
23	月	コーラス同好会 ★男性体力			みずきの会 サービス向上委員会		初級囲碁教室 ひよっこ	鯨城囲碁			
24	火	詩吟講座 リハビリ体操講座			聴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		
25	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			
26	木	民謡講座 フォローアップ交流会			認知症予防教室						
27	金	俳句講座 日本舞踊講座			英会話(E.E.)		鯨城26美会	二八会			
28	土	スクエアダンス同好会 吟詩講座		フラ・レイナニ	懐かし映画会 懐かし映画会			環境囲碁			
29	日										
30	月	★明治食育セミナー 映画会					ひよっこ	鯨城囲碁			