



令和 7 年 11 月号

# 昭和福祉会館だより



## 落語会

15日（土） 10時30分～12時

### 「あさかせ落語会」

演者：立山 良心 氏

楽しい落語を聞いて、「笑いの秋」をご堪能ください。

（定員40名。受付開始：11月7日（金））



## 笑いヨガ

28日（金） 10時～11時30分

### 「笑いヨガ」

講師：南川 江里子 氏

みんなで一緒に笑いの体操

（定員35名。受付開始：11月15日（土））



## 防災セミナー

29日（土） 10時～11時30分

### 「防災セミナー」

講師：なごや防災ボラネット昭和 小塚 勝 氏

南海トラフ巨大地震に3つの備え ～大災害から生き延びるために～

（定員45名。受付開始：11月22日（土））



## 映画会

29日（土） 13時30分～15時36分

### 「居酒屋兆治」（1983年）

函館の街を舞台に小さな居酒屋を営む男と初恋の女とのすれちがう想い、その店に集まる人々の人生模様を描く。監督：降旗 康男／出演：高倉 健、大原 麗子ほか

（定員40名。受付開始：11月14日（金））

## 避難訓練とまなびツアー 12月4日（木） 13時20分～16時

避難訓練のあと、公共交通機関を使って移動し、名古屋市港防災センターを見学するツアーです。※敬老パスがない方は港区役所駅までの往復交通費が必要です。ハンカチをお持ちになり、着脱しやすい靴でお越しください。

（定員20名。受付開始：11月25日（火））

※いずれも先着順受付。電話（8時45分～17時）でお申し込みください。

昭和  
福祉会館  
まつり



演芸  
発表会

20日  
（木）

21日  
（金）

観世流謡曲講座・松謳会／フラダンス同好会レイナニ／詩吟講座／民謡講座／大正琴講座／コーラス講座・同好会／太極拳講座／喜乃会／吟詩講座／英会話講座・同好会／アイドルNo1レア ※順不同

フラダンス講座／宝生流謡曲講座・八宝会／八事アロハウクレレ会／関西吟詩同好会／四季同好会（大正琴）／詩吟同好会／日本舞踊講座／じんしゃち唄う会／スクエアダンス・健康ダンス ※順不同

### 作品展示

呈茶／書道／華道／俳句／絵手紙／手工芸／水彩画／短歌

※11月19日（水）・20日（木）・21日（金）は講座・同好会を休止し、囲碁将棋室・シャワー室の自由利用はできませんので、ご了承ください。

11月20日（木）  
21日（金）  
9時30分～15時30分

どなたでもご覧いただけます。ご家族様、ご友人の皆さんもお越しください。

## 「折り紙サロン」

9月13日（土）

今回は、ハロウィンのちなみ「オバケとアメ」を折りました。まずオバケの体部分から折り始めましたが折れ線をしっかり付ける事が重要で、一旦裏向きに折り目を付けたおりがみを開き、表向きに折り返す工程が複雑で皆さん苦労されてみえました。その後、帽子を折り体にかぶせるとかわいいオバケになりました。飾り用にアメも折りました。皆さんおうちでかわいく飾って下さいね。



## 「ひまわり冒険サロン」

9月18日（木）

認知症予防リーダーさん主催「ひまわり冒険サロン」で「ボッチャ体験会」が開催されました。3人チームはくじで結成！はじめましての挨拶を兼ねて自己紹介。一緒に作戦を練る中で親睦を深めます。試合の回数を重ねるごとに段々とボッチャのコツを掴み、楽しむ皆様の笑顔が印象的でした。今回は優勝、準優勝チームに景品、参加の皆様に参加賞もお渡しできました。ご参加くださった皆様、リーダーの皆様、ありがとうございました。次回のひまわり冒険サロンは11/27（木）です。ご参加お待ちしております。

## 「いらっしゃいヨガ」

9月20日（土）

ヨガ講師の西口訓枝先生をお迎えして、いらっしゃいヨガの講座を開催しました。素足になり、足指を1本1本ほぐし、足のリンパの流れを促す、タッピングを交えながら、複式呼吸により身体をほぐしていきました。数人の方が初めてということでしたが、終了後は軽く汗ばむ感じが心地良いと声をいただきました。



## 「健康講話」

9月25日（木）

たけざわ循環器内科クリニック 竹澤博人先生から「心臓弁膜症について～大動脈狭窄症～」についてお話いただきました。心臓弁膜症は、加齢により心臓の弁がかたくなり、血液が通りにくくなる疾患です。胸の痛み、夜中に喘息のような症状、失神、息切れなど症状が出ると急激に悪化するのが特徴で、医師に心音を聴診してもらうのが大切です。日本の死因トップは癌ですが、後期高齢者に限れば循環器病が1位です。弁膜症は心音が特徴的だそうで、年に一度は医師に聴診してもらうようにしましょう。



## 名古屋市福祉会館めぐり

開催期間

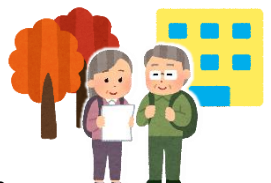
令和7年10月1日（水）～令和7年12月27日（土）

参加対象

福祉会館利用証をお持ちの方（参加は1人1回限り）

参加方法

- ① 福祉会館の受付で利用証を提示し、福祉会館めぐりスタンプ用紙を入手してください。
- ② 市内の福祉会館をめぐり、スタンプを集めましょう。



賞品

8館以上のスタンプを集めた方には素敵な賞品を、さらに市内全16館のスタンプを集めた方には記念品を贈呈。



# 参加者募集！

## 健康相談

11月13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。



## おりがみサロン

“クリスマスツリー”を折ります。難易度 ★★★★★

- ・日時：11月8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：11月4日㊦



## ひまわり冒険サロン

認知症予防リーダーと一緒に松ぼっくりツリーをつくろう。



- ・日時：11月27日（木）13時30分～15時
- ・定員：16名（先着）
- ・申込受付開始：11月17日㊦

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

## 福社会館からのお願い

10月1日よりシャワー室ご利用の受付時間を下記のとおり変更させていただきました。ご協力をお願いいたします。

【受付時間：8時45分～11時30分、13時～15時30分】

## 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。



□ 会館ホームページ <https://www.showafukushikaikan.com/>



- 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WEBサイトのURLが変わりました。上記の二次元コードからアクセスしてください。よろしくお願いいたします。



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。

## 懐かし映画上映会



11月上映予定（① 9時30分② 13時30分）

◎ 8日「裏窓」114分（1954年）

監督：アルフレッド・ヒッチコック

出演：ジェームズ・スチュワート ※日本語  
グレース・ケリー 字幕あり

◎ 22日「隠し砦の三悪人」139分（1958年）

監督：黒沢明／出演：三船敏郎、上原美佐

（1日2回上映。定員各回先着15名。上映日の3日前の水曜日から受付。）

## Leader's サロン

“健康マージャン体験会”

- ・日時：11月18日（火）  
9時30分～11時30分

- ・定員：8名（先着）
- ・申込受付開始：11月11日㊦



“鬼まんじゅうをつくろう!!”

- ・日時：11月28日（金）10時～11時30分
- ・定員：12名（先着）
- ・申込受付開始：11月18日㊦

令和7年 11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  | 土 | 八事ウクレレ会<br>関西吟詩同好会  |   | 謡いの会    | ソフトエアロビ<br>健康ダンス    |                          | ひよっこ             | 環境囲碁           |         |         |
| 2  | 日 |                     |   |         |                     |                          |                  |                |         |         |
| 3  | 月 | 文化の日                |   |         |                     |                          |                  |                |         |         |
| 4  | 火 | 詩吟同好会<br>英会話講座      |   |         | 認知症予防教室<br>わくわくサロン  |                          | ひよっこ             |                |         | リーダー打合せ |
| 5  | 水 | フラダンス講座<br>大正琴講座    |   |         | 認知症予防教室<br>わくわくサロン  |                          | 楽マージャン同好会        | 環境囲碁           |         | リーダー打合せ |
| 6  | 木 | 華道講座<br>カラオケ同好会     |   |         | 認知症予防教室<br>リーダー養成講座 |                          | 短歌を楽しむ会<br>ひよっこ  | リーダー打合せ        |         |         |
| 7  | 金 | 太極拳講座<br>健康体操講座・B   |   |         | じんしゃち唄う会<br>喜乃会     |                          | 英会話初級<br>英会話中級   |                |         | リーダー打合せ |
| 8  | 土 | 折り紙サロン<br>吟詩講座      |   | ソフトエアロビ | 懐かし映画会<br>懐かし映画会    |                          | ひよっこ             | 環境囲碁           |         |         |
| 9  | 日 |                     |   |         |                     |                          |                  |                |         |         |
| 10 | 月 | 健康体操講座・A<br>ヨガ講座・A  |   |         | 観世流謡曲講座<br>宝生流謡曲講座  |                          | さくらんぼ会<br>ひよっこ   | 鯨城囲碁           |         |         |
| 11 | 火 | 詩吟講座<br>コーラス講座・A    |   |         | 認知症予防教室<br>わくわくサロン  |                          |                  | 初心者囲碁講座        |         |         |
| 12 | 水 | 添削書道講座<br>梓書道同好会    |   |         | 認知症予防教室<br>わくわくサロン  |                          | 茶道講座<br>茶道講座     | 環境囲碁           |         |         |
| 13 | 木 | 民謡講座<br>カラオケ同好会     |   |         | 認知症予防教室<br>リーダー打合せ  |                          | 四季同好会<br>ひよっこ    |                |         | 健康相談    |
| 14 | 金 | サロン準備<br>リハビリ体操講座   |   |         | リーダー打合せ<br>喜乃会      |                          |                  | 二八会            |         |         |
| 15 | 土 | ★あさかせ落語会<br>関西吟詩同好会 |   |         | フラ・レイナニ             | 健康ダンス<br>中国語同好会          | 落語会控室<br>ひよっこ    | 環境囲碁           |         |         |
| 16 | 日 |                     |   |         |                     |                          |                  |                |         |         |
| 17 | 月 | コーラス講座・B<br>ヨガ講座・B  |   |         | 松謡会<br>八宝会          |                          | アイドル№1レア<br>ひよっこ | 鯨城囲碁           |         |         |
| 18 | 火 | 詩吟同好会<br>英会話講座      |   |         | 喜乃会<br>わくわくサロン      |                          |                  | leader'sサロン    |         |         |
| 19 | 水 | 会館まつり準備             |   |         |                     |                          |                  |                |         |         |
| 20 | 木 | 会館まつり               |   |         |                     |                          |                  |                |         |         |
| 21 | 金 | 会館まつり               |   |         |                     |                          |                  |                |         |         |
| 22 | 土 | スクエアダンス同好会<br>吟詩講座  |   |         | 懐かし映画会<br>懐かし映画会    |                          | 和みの会<br>ひよっこ     | 環境囲碁           |         |         |
| 23 | 日 | 勤労感謝の日              |   |         |                     |                          |                  |                |         |         |
| 24 | 月 | 振替休日                |   |         |                     |                          |                  |                |         |         |
| 25 | 火 | 詩吟講座<br>リハビリ体操講座    |   |         | 輝く女性のカラオケ会          | 認知症予防教室                  |                  | オハナ趣味の会        | 初心者囲碁講座 |         |
| 26 | 水 | 添削書道講座<br>梓書道同好会    |   |         |                     | 認知症予防教室<br>わくわくサロン       |                  | 茶道同好会<br>茶道同好会 | 環境囲碁    |         |
| 27 | 木 | 民謡講座<br>ひまわり冒険サロン   |   |         |                     | 認知症予防教室                  |                  |                |         |         |
| 28 | 金 | ★笑いヨガ<br>日本舞踊講座     |   |         |                     | leader'sサロン<br>英会話(E.E.) |                  | 鯨城26美会         | 二八会     |         |
| 29 | 土 | ★防災セミナー<br>映画会      |   |         |                     | 中国語同好会                   |                  | ひよっこ           | 環境囲碁    |         |
| 30 | 日 |                     |   |         |                     |                          |                  |                |         |         |

★いらっしやい事業