



令和7年9月号

昭和福社会館だより



ヨガ 20日(土) 10時~11時30分

「いらっしゃいヨガ」

講師：西口 訓枝 氏

腹式呼吸で筋肉の柔軟性アップを目指しませんか？

(定員24名。受付開始：9月13日Ⓟ)

※ヨガマットはご用意します



健康講話 25日(木) 14時~15時

「心臓弁膜症について」

講師：たけざわ循環器内科クリニック 院長 竹澤博人 先生

典型的な症状があっても気づきにくいといわれる心臓弁膜症。受診のタイミングを逃さないためにも正しい知識を身につけましょう。

(定員30名。受付開始：9月18日Ⓢ)



映画会 29日(月) 13時30分~15時15分

「古都」(1963年)

京呉服問屋の一人娘として何不自由なく育てられた千重子は、中学生の時、両親から本当の親子ではないことを知らされる…。

監督：中村 登/出演：岩下志麻ほか (定員40名。受付開始：9月22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。

令和7年度 10月~12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10月~12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：9月1日Ⓢ~13日Ⓟ

※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。

・結果発表：9月24日Ⓢに館内掲示

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



No	月	日	内容	No	月	日	内容
A	10月	7	フレイル予防 栄養について	J	11月	12	手工芸
B		8	ぬりえ	K		18	折り紙
C		14	リズム体操	L		26	フレイル予防 お口の健康について
D		15	脳トレ	M	12月	2	写経体験
E		21	写経体験	N		3	脳トレ
F		22	ちぎり絵	O		9	ぬりえ
G	4	脳トレ	P	10		リズム体操	
H	11月	5	リズム体操	Q	23	レクリエーション (調理)	
I		11	ちぎり絵	R	24	ちぎり絵	

※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。

⚠熱中症予防のため、こまめに水分補給をお願いします。福社会館の給茶機もご利用ください。

「あさかせ落語会」

7月11日（金）



アマチュア噺家 立川良心さんをお迎えして「あさかせ落語会」が開催されました。今回は舞台上手からの登場ではなく、客席後方からプロレスラーのように登場した立川さん。演目は「猫の皿」と「親の顔」の二本。表情豊かに登場人物になりきって楽しい笑いのひと時となりました。

幕間のお客様とのやりとりも楽しく、声を出して笑い楽しいひと時となりました。ご参加の皆様、ありがとうございました。



「折り紙サロン」 7月12日（土）

今回は、パンダが日本から居なくなってしまうかもというニュースもあり、パンダと笹の葉を折りました。

始めにパンダの顔と体を折り始めましたがいつもの基本形で折る事が少なく細かい工程も多く2個目を折る時は皆さん思い出しながら四苦八苦してみえました。出来上がった顔と体をつなげるとかわいいパンダになりました。その後笹の葉も折りました。皆さん、お家でかわいく飾ってくださいね。



「脳活アート」 7月14日（月）

臨床美術士の西紀子先生とアシスタントに米田たくこ先生をお迎えして脳活アートを行いました。夏野菜のキュウリをモチーフとして視覚、触覚、臭覚、味覚を感じたままに描くということで、半数以上の方が初めての体験でした。輪郭から描くものと思いがちですが、一本の線から始まる野菜の実から描くことに少し戸惑って見えたのですが、量感のあるキュウリが完成しました。



「ミュージックサーフィン」

7月19日（土）

一般社団法人ミュージックサーフィンの講師の皆さんをお迎えし開催しました。音楽の波に乗って運動するとの事でCDやピアノ演奏に合わせて体を動かしました。「夏のお嬢さん」「星降る街角」を歌い、楽しく曲に合わせて体を動かしました。少し早めの動きでしたが皆さんがんばってみえました。最後に「涙そうそう」に合わせてゆるやかな動きをして終了となりました。



「歌劇団ロジエ」 7月29日（火）

歌劇団ロジエの皆さんをお迎えして、舞台が行われました。男役、娘役、役づくりの歌とダンスに合わせて、素敵な衣装の早替えと、華やかなメイクにと。途中、「ヤングマン」の歌が始まると、ロジエさんの、声かけに、手拍子、歌と振り付けにより、舞台と客席が一体となりました。

終演後の写真撮影では、皆さんもニッコリ。素敵な歌とダンスの華麗なるショーは、非日常を楽しませていただくことができました。



「ひまわり冒険サロン」

7月31日（木）

認知症予防リーダー主催のひまわり冒険サロンで輪投げ大会を開催しました。単純だけど？ゆえに？奥が深い輪投げ。今回は個人戦で、お互いに応援しあい、拍手しあう素敵な光景がたくさんみられました。暑い夏も輪と一緒に投げ飛ばされていきましたね（？）今回は上位5名にリーダーさん手作りのナイロンたわしやキャップ開けなどの賞品2つ、その他の皆様には参加賞として一つが配られました。認知症予防リーダー養成講座受講中の皆様も無事リーダー役デビューを飾ることができました。自分の、地域の健康増進のため、リーダーさん達の活躍に益々期待です！ご参加くださった皆様、ありがとうございました。

健康相談 9月11日（木）14時～順次
 場所：健康相談室
 鈴木内科（内科・呼吸器科・アレルギー疾患内科・胃腸内科）の鈴木勝雄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
 “お化け”を折ります。 難易度 ★★★☆☆
 ・日時：9月13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：9月6日Ⓟ



Leader's サロン
 “健康マージャン体験会”
 ・日時：9月16日（火）9時30分～11時30分
 ・定員：8名（先着）
 ・申込受付開始：9月9日Ⓟ



◎冷房が苦手な方は、体温調節ができる上着等をご準備ください。

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。



懐かし映画上映会 
 9月上映予定（①9時30分②13時30分）
 ◎13日「監獄ロック」（1957年）
 監督：リチャード・ソープ ※字幕スーパー
 出演：エルビス・プレスリー（日本語字幕）
 ◎27日「東京物語」（1953年）
 監督：小津安二郎／出演：原節子、笠智衆
 （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。）

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：9月18日（木）13時30分～15時
 ・定員：20名（先着）
 ・申込受付開始：9月11日Ⓟ



秋季囲碁大会 
 期間：10月1日（水）～10月31日（金）
 参加申込期限：9月25日Ⓟまで（来館受付）

本棚撤去のお知らせ  談話室のスペースを広げ、新たにソファを設置するため、現在の本棚を撤去して小さな本棚を設置します。これまで置いていた本は、郷土史や囲碁関連本などを除き、区内にある障がい者団体へ寄付し、障がい者の就労支援に役立てられます。本をお譲りいただいた皆様、ありがとうございました。

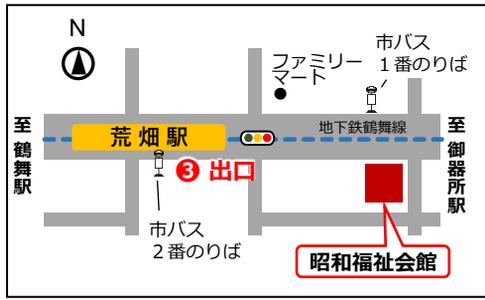
 まだまだ暑い日が続きます。熱中症予防のため、こまめに水分補給をしてください。

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
 - ・初めて利用されるときは、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。
- 会館ホームページ <http://yagotoku.ec-net.jp/>



↑こちらからアクセス



- 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

令和7年 9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	月		観世流謡曲講座 宝生流謡曲講座		みずきの会		ひよっこ			
2	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			リーダー打合せ
3	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		
4	木		華道講座 カラオケ同好会		認知症予防教室		短歌を楽しむ会 ひよっこ	リーダー打合せ		
5	金		太極拳講座 健康体操講座・B		鳶籠会 喜乃会		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	フラ・レイナニ	ソフトエアロビ 健康ダンス		ひよっこ	環境囲碁		
7	日									
8	月		健康体操講座・A ヨガ講座・A		リーダー打合せ 八宝会		さくらんぼ会 ひよっこ	鮎城囲碁		
9	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		
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		実地調査
11	木		民謡講座 カラオケ同好会		認知症予防教室		四季同好会 ひよっこ			健康相談
12	金		サロン準備 リハビリ体操講座		喜乃会			二八会		
13	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		なごみの会 ひよっこ	環境囲碁		
14	日									
15	月	敬老の日								
16	火		詩吟同好会		認知症予防教室			leader'sサロン		
17	水		英会話講座 フラダンス講座		認知症予防教室		ひよっこ 濃茶研究会	環境囲碁		
18	木		華道講座 絵手紙講座		認知症予防教室		なかよし折り紙 ひよっこ			
19	金		ひまわり冒険サロン 太極拳講座		健康マーじゃん		四季同好会			
20	土		日本舞踊講座 ★いらっしやい ヨガ		健康ダンス			環境囲碁		
21	日		関西吟詩同好会		中国語同好会		ひよっこ			
22	月		コーラス同好会 ヨガ講座・B		みずきの会		初級囲碁教室 ひよっこ	鮎城囲碁		
23	火	秋分の日								
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 健康講話		認知症予防教室					
26	金		俳句講座 日本舞踊講座				鮎城26美会	二八会		
27	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		ひよっこ	環境囲碁		
28	日									
29	月		コーラス講座・B 映画会				ひよっこ	鮎城囲碁		
30	火		詩吟講座 リハビリ体操講座		認知症予防教室 わくわくサロン			初心者囲碁講座		

★いらっしやい事業