

2023 年 3 月 行事予定表 ★印は同好会 ※赤字表記は申込み必要

場所 日		集 会 室		東 館		茶室/将棋室		多 目 的 室		囲 碁 室	
日	曜	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午後	午 前	午後	午 前	午後
1	水	楽しい脳活体操	—	—	—	★手芸	—	—	—	★柔軟体操と 気功	—
2	木	絵手紙	リーダーフォローアップ	認知症予防 教室	ミニシアター トップガン	★茶道	—	—	—	—	—
3	金	★フラダンス	活き活き体操	認知症予防 教室	わくわく1・3	★ウクレレ 同 好会	—	—	—	★ちどり会 (琴)	—
4	土	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
5	日	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
6	月	大正琴	—	—	—	—	—	★大正琴	—	—	—
7	火	R5趣味講座公 開抽選	はつらつ健康体 操	認知症予防 教室	火曜サロン	—	—	★ときめき会 (回想法OB)	—	★NOSS	—
8	水	川柳	—	—	パソコン	★手芸	将棋	—	—	—	—
9	木	—	日本舞踊	認知症予防 教室	ミニシアター トップガン	★茶道	—	—	—	★はじめてのハワ イアンフ	—
10	金	さわやかヨガ	健康体操	認知症予防 教室	わくわく2・4	—	—	—	—	★ちどり会(琴)	予防教室 公開抽選
11	土	★フラダンス自主 練	中国健康体操	—	—	—	—	—	—	—	—
12	日	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
13	月	★千久会(民踊)	華道	—	—	—	—	—	—	—	—
14	火	—	サービス向上委員 会	認知症予防 教室	火曜サロン	—	—	—	—	—	囲碁
15	水	楽しい脳活体操	—	初めての タブレット1①	—	★手芸	—	—	—	★柔軟体操と 気功	—
16	木	—	—	認知症予防 教室	ミニシアター トップガン	★茶道	—	★俳句	—	—	—
17	金	★フラダンス	活き活き体操	認知症予防 教室	わくわく1・3	★ウクレレ 同 好会	—	—	—	★ちどり会 (琴)	—
18	土	ふまねっと運動	—	—	—	—	—	—	—	—	—
19	日	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
20	月	大正琴	名東シアター トップガンマーベリック	—	—	—	—	★大正琴	—	—	—
21	火	春分の日									
22	水	川柳	—	初めての タブレット②	パソコン	★手芸	—	—	—	—	—
23	木	—	日本舞踊	認知症予防 教室	ミニシアター ミッショ ンインボッショ	★茶道	—	—	—	★はじめての ハワイアンフ	—
24	金	★光会(ヨガ)	健康体操	認知症予防 教室	わくわく2・4	—	—	—	—	★ちどり会(琴)	—
25	土	★フラダンス自主 練	中国健康体操	—	★マジック	—	—	★水彩画	—	★水彩画	—
26	日	—	—	—	—	—	—	—	—	—	—
27	月	★千久会(民踊)	華道	—	—	—	—	—	—	—	—
28	火	—	—	認知症予防 教室	火曜サロン	—	—	—	—	—	—
29	水	—	—	初めての タブレット③	—	★手芸	—	—	—	—	—
30	木	—	股関節ケア体操	認知症予防 教室	ミニシアター ミッ ションインボッショ	★茶道	—	—	—	—	—
31	金	—	認知症予防セミ ナー	認知症予防 教室	—	—	—	—	—	★ちどり会 (琴)	—

無料健康相談: 第3木 13:30～
無料相談(介護・生活)
介護: 毎週火 事前予約制
生活: 随時 事前予約制

名東福祉会館連絡先
Tel: 703-9282
Fax: 704-8144

ホームページ

<https://www.meito-fukushi-kaikan.jp/>



名東福祉会館だより

3月号

No. 173

2023. 2. 20

令和5年度 趣味講座 追加募集

- ・募集期間 ～3月4日(土)
- ・公開抽選 3月7日(火)10時～
- ・結果発表 3月9日(木)～
- ・受講登録(本登録) 3月9日(木)～18日(土)

講座(申込多数の場合は抽選)

①はつらつ健康体操	②民謡(川崎会)
③将棋	④川柳
⑤華道	⑥詩吟(雅芳流)

* 体操系講座当選者は、①には申込できません。

* 文科系講座当選者は、②③④⑤⑥には申込できません。

令和5年度 同好会 追加募集

同好会	
中国健康体操(定員25名) ※定員超の場合は抽選 ・募集期間 ～3月4日(土) ・公開抽選 3月7日(火)10時～ ・結果発表 3月9日(木)～	第1・3(月)11:10～11:55 ¥200/円
指ヨガ (先着20名)	第1(土)10:15～11:45 ¥300/回



『認知症についてのおはなし』

気になる『認知症』について認知症ケアの専門家に教えていただきましょう！！

日時:3月31日(金)13:15～14:45

場所:集会室 定員:先着30名

講師:名古屋市認知症介護指導者 安田 いづみ先生

申込:3月11日(土)8:45～窓口または電話(703-9282)受付

自分が認知症になったら
どうしたらいいの？

どうしたら予防できるの？

認知症のサインって
どんなものがある？



膝・股関節ケア体操

自分でできる簡単な体操で痛みや不調を
緩和・改善できたら良いですね！

膝や腰が不調な方に合わせた体操になります。

日時:3月30日(木)13:15～14:45

場所:集会室 定員:先着20名

講師:原久美子先生

申込:3月20日(月)8:45～窓口または電話(703-9282)にて受付

* 前回(R4/9/26)参加された方は申込みをご遠慮ください。

できるだけ多くの方が参加できるようご協力をお願いいたします。

体力に自信がない方でも大丈夫！
動きやすい服装で、
水分補給ができる物をお持ちください。
バスタオルかヨガマットがあれば
ご用意ください。



令和5年度・上期 スマイルクラブ参加者募集

みんなでゆるゆる気軽に参加できるクラブの募集です。職員が入り、様々なことを行います。クラブのお仲間さんと楽しく過ごせます。

クラブでやる一例：体操、音楽、簡単なゲームやレクリエーション、時にはおしゃべり座談会

日時：4月～9月まで毎週金曜日 13:15～14:45

場所：東館 定員：10名(定員超えたら抽選)

申込：3月1日(水)～窓口にて申込書を提出

※3月25日(土)締切後、当選者に電話連絡



リニューアル★はじめてのタブレット

新たなテキストで&講師で分かりやすく学べます。以前に受けた方も再受講が可能です。

※ただし、新規の方を優先的に受付。

日時：3月15・22・29日(水)10時15分～11時45分 全3回

場所：東館 定員：先着8名

講師：職員・渡邊久美子(自称インストラクターの弟子)

申込：3月8日(水)8:45～窓口か電話(703-9282)にて受付

持物：筆記用具、必要な方は眼鏡。

スマホ・タブレットをご利用中の方は持参ください。



サロン名東(火曜サロン)のご案内

口コミで評判も良し◎。和気あいあい仲良しの輪が広がっているサロンです。

毎週リーダーさん(おまとめ役)が変わり、みんなで楽しめることを行っています。

日時：毎月第1～4火曜日 13時15分～14時45分(3月は、7・14・28日)

定員：各日とも先着10名 場所：東館

申込：各日とも一週間前より受付開始。窓口か電話(703-9282)にて受付

※祝日の場合、翌日が申込日

青空運動サロン

日時：毎週水曜日 9時50分～10時10分(雨天中止)

場所：児童館運動場 主催：名東区役所・保健センター、他

認知症予防リーダーさんの声掛けのもと、「ラジオ体操第1・第2」を行っています。

自由参加なので、いつでも参加OK！みんなで一緒に身体を動かしましょう。



各種無料相談のご案内 申込：窓口か電話で(703-9282)

【介護相談】★介護支援専門員が対応します。

日時：毎週火曜日 事前予約制。申込：一週間前までにお申込みください。

持物：介護保険証 ★初めて介護保険を利用したい方、そのご家族様

【生活相談】★看護師が対応します。

日時：随時 申込：事前要予約★お体の悩みや不安など話をきいてもらいたい方



無料健康相談のご案内

日時:3月16日(木) 13時30分～14時30分

医師:雨宮医師(整形外科・外科・リハビリテーション科・内科・皮膚科)

申込:窓口か電話(703-9282)にて受付



★こんな方にオススメ:どんなお話しでもきいてくれる優しい先生です。些細な悩みなのでいつもの先生に相談しにくい。でも医師に相談したい…そんな方は是非どうぞ!

名東シアター&ミニシアターのご案内 3月は「トム・クルーズまつり」

● 名東シアターのご案内 ●

上映作品:トッパン・マーヴェリック(上映時間131分)

上映日:3月20日(月)13時15分～15時26分

場所:集会室 定員:先着25名

申込:3月13日(月)8時45分より

窓口または電話(703-9282)にて受付

(本人分のみ、お友達分は不可)



作品の紹介:『トッパン』- 全世界が熱狂し、数々の記録を残したアクション超大作。トッパスターの階段を駆け上がったトム・クルーズはこの作品の続編製作権は誰にも渡すことはなかった。いつの日か“ふさわしい時”が訪れることを信じて。そして2022年、トム自ら最新作を世に送り出す。究極の“リアル”を求め、IMAXカメラを機内に搭載し撮影を敢行。全てが今だからこそ最高レベルで実現した、究極のスカイ・アクション!!

㊦ ミニシアターのご案内 ㊦

上映作品:トッパン (上映時間110分)

上映日:3月2日(木)9日(木)16日(木)

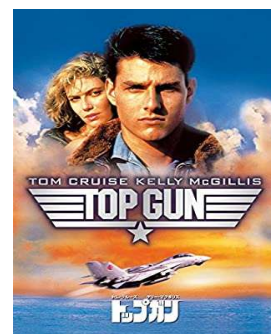
時間:13時15分～15時5分 場所:東館 定員:先着10名

申込:各日共1週間前より窓口または電話(703-9282)にて受付

※祝日の場合、翌日が申込日(本人分のみ、お友達分は不可)

■監督:トニー・スコット

■出演:トム・クルーズ、ケリー・マクギリス、他



上映作品:ミッション・インポッシブル(上映時間110分)

上映日:3月23日(木)30日(木)

時間:13時15分～15時5分 場所:東館 定員:先着10名

申込:各日共1週間前より窓口または電話(703-9282)にて受付

(本人分のみ、お友達分は不可)

■監督:ブライアン・デ・パルマ

■出演:トム・クルーズ、ジョン・ヴォイト、他

