

2025 年 4 月 行事予定表

講座

午前10:15~11:45
午後13:15~14:45

★印は同好会 ※赤字表記は申込み必要
囲碁入門 14:50~15:50

日	場所	集 会 室		東 館		茶室/将棋室		多目的室		囲碁室		その他
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
1	火	★桜会 (カラオケ)	えがおでｺｰｽ(火)	予防教室	火曜サロン	★大正琴	将棋	★ときめき会 (回想法)	★囲碁	★NOSS	—	
2	水	楽しい脳活体操	★ゆりかご会 (童謡)	—	—	★手芸	将棋	—	★囲碁	★柔軟体操と 気功	—	
3	木	絵手紙	健康体操(木)	予防教室Y	リーダフォ ローUP	★茶道	将棋	—	★囲碁	—	—	
4	金	★フラダンス 同好会	生き生き体操	予防教室U	スマイル クラブ	★ウクレレ	将棋	ﾘｰﾀﾞ-養成①	★囲碁	★ちどり会(琴)	—	
5	土	—	はつらつ健康体操	—	—	—	将棋	—	★囲碁	★むろの会	—	
6	日											
7	月	★中国式健康 体操	えがおでｺｰｽ(月)	—	ミニシアター	—	将棋	★大正琴	★囲碁	—	—	
8	火	★桜会 (カラオケ)	フォークダンス	予防教室T	火曜サロン	—	将棋	—	★囲碁	★健康麻雀	囲碁/囲 碁入門	
9	水	—	名東シアター	川柳	詩吟	★手芸	将棋 短 期講座	—	★囲碁	—	—	
10	木	バランスボール	★東会 (日本舞踊)	予防教室	—	★茶道	将棋	—	★囲碁	★ﾌﾗ ﾚﾝｶｲ	—	
11	金	さわやかヨガ	健康体操(金)	予防教室T	スマイル クラブ	—	将棋	ﾘｰﾀﾞ-養成②	★囲碁	★ちどり会(琴)	—	
12	土	—	中国式健康体操	—	—	—	将棋	—	★囲碁	★ﾌﾗ自主練	—	
13	日											
14	月	民謡	華道	げつカラ	げつカラ	—	将棋	—	★囲碁	★千久会 (民謡)	—	★卓球
15	火	★桜会 (カラオケ)	えがおでｺｰｽ(火)	予防教室	火曜サロン	★大正琴	将棋	—	★囲碁	★NOSS	—	
16	水	楽しい脳活体操	★ゆりかご会 (童謡)	—	—	★手芸	将棋	—	★囲碁	★柔軟体操と 気功	—	
17	木	終活セミナー	健康体操(木)	予防教室	—	★茶道	将棋	★俳句	★囲碁	—	—	健康相談
18	金	★フラダンス 同好会	生き生き体操	予防教室	スマイル クラブ	★ウクレレ	将棋	ﾘｰﾀﾞ-養成③	★囲碁	★ちどり会(琴)	—	
19	土	—	はつらつ健康体操	—	★実践マジック	—	将棋	—	★囲碁	★むろの会	—	
20	日											
21	月	★中国式健康 体操	えがおでｺｰｽ(月)	—	ミニシアター	—	将棋	★大正琴	★囲碁	—	—	★卓球
22	火	★桜会 (カラオケ)	フォークダンス	予防教室M	火曜サロン	—	将棋	—	★囲碁	★健康麻雀	—	
23	水	—	めいとう モニ～	川柳	詩吟	★手芸	将棋	—	★囲碁	★健康麻雀	—	
24	木	—	★東会 (日本舞踊)	予防教室T	—	★茶道	将棋	—	★囲碁	★ﾌﾗ ﾚﾝｶｲ	—	
25	金	★さわやかヨガ	健康体操(金)	予防教室	スマイル クラブ	—	将棋	ﾘｰﾀﾞ-養成④	★囲碁	★ちどり会(琴)	—	
26	土	—	中国式健康体操	—	—	—	将棋	★水彩画	★囲碁	★ﾌﾗ自主練	—	
27	日											
28	月	民謡	華道	げつカラ	げつカラ	—	将棋	—	★囲碁	★千久会 (民謡)	—	★卓球
29	火	昭和の日										
30	水	—	楽しい脳活体操 体験会	—	—	—	将棋	—	★囲碁	—	—	

名東福祉会館のご利用案内

所在地：〒465-0094 名東区亀の井2丁目201

電話：052-703-9282 FAX：052-704-8144

開館日時：月～土（祝日・年末年始を除く）午前8時45分～午後5時まで

利用対象：名古屋市在住の60歳以上の方

利用申込：お住まいの区の福祉会館 ※利用証を発行時に本人確認書類が必要
となります（健康保険証・運転免許証・敬老手帳内の敬老優待券等）

ホームページ：<https://www.meito-fukushi-kaikan.jp/>



名東福祉会館は、名東区社会福祉協議会・さくらコンソーシアムが指定管理者として運営しています

地下鉄 一社駅2番出口から南へ約800m
市バス 名東福祉会館から東へ約180m

名東福祉会館だより



4月号

No.199
2025.3.20発行



お知らせ

令和7年度 趣味講座の追加募集について

定員に空きのある講座について、追加募集を行います。

募集開始：4月1日（火）15:00～ 先着順

受付：名東福祉会館窓口に申込書を提出 ※4月以降は、講座受講数の制限はありません。

＜＜次回の追加募集は6月2日（月）15:00～

講座名	開催日	募集人数
えがおでコーラス 月曜コース	第1・3月 午後	3
民謡（川崎会）	第2・4月 午前	19
華道（池坊）	第2・4月 午後	18
囲碁	第2 火 午後	14
えがおでコーラス 火曜コース	第1・3火 午後	7
楽しい脳活体操	第1・3水 午前	1
川柳	第2・4水 午前	15
詩吟（雅芳流）	第2・4水 午後	10
生き生き体操	第1・3金 午後	8
さわやかヨガ	第2 金 午前	1

令和7年3月20日現在
午前10:15～11:45
午後13:15～14:45



めいとうの湯（お風呂） ♪ 変わり湯の日あります

入浴方法：窓口にて利用証を提示し入浴の旨を伝え更衣ロッカーの鍵を受け取り、入浴後は鍵を返却

※初回のみ登録が必要となります

持ち物：タオル、石鹸、シャンプー等

禁止事項：洗濯、毛染、髭剃り、髪カット等、

他人に迷惑のかかる行為

定休日：毎月5・15日



お風呂の利用可能日・時間

時間	日	1日～14日	16日～末日
13:00～14:00		女湯	男湯
14:10～15:10		男湯	女湯

4月の行事・イベント情報

終活セミナー 人生100年時代生きるための生前対策

【全4回コース】 次回以降の開催日時調整中

【第一回】相続に備えてしておくべきこと・人付き合い編

～おひとりさまの方・お子さんがいない夫婦・たくさん相続人がいる方など、それぞれの立場に合わせてすべきこと～

日時：4月17日（木）10:15～14:45

定員：先着36名

申込：3月17日（月）9:00～

窓口でお名前記入（本人様分のみ、お友達分は不可、見直し不可）

講師：永井孝幸さん



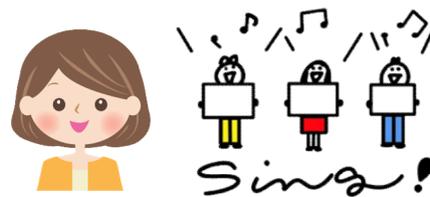
新シリーズになります
R6年度に参加された方も、
初めての方もぜひご参加ください。

めいとうハ～モニ～

瀧廉太郎の『花』を歌おう！！

『ハモる』って気持ちいいですよ。職員による4回目の「めいとう ハーモニー」を開催します。難しいことは考えず、参加してみてください！！

日時：4月23日(水) 13:15～14:45
場所：名東福祉会館 集会室
定員：先着65名 (最小催行人数：15名)
講師：渡邊久美子(当館職員)
申込：3月21日(金)9:00～
窓口でお名前を記入(本人分のみ、電話受付不可)



げつカラ ……月曜日のカラオケ……

通信機器「DAM」を使うので最新曲も盛り沢山！！
カラオケルーム並みに楽しめます。

日時：4月14・28日(月)

午前の部 ①10:00～10:50 ②11:00～11:50

午後の部 ③13:00～13:50 ④14:00～14:50 ⑤15:00～15:50

場所：名東福祉会館 東館

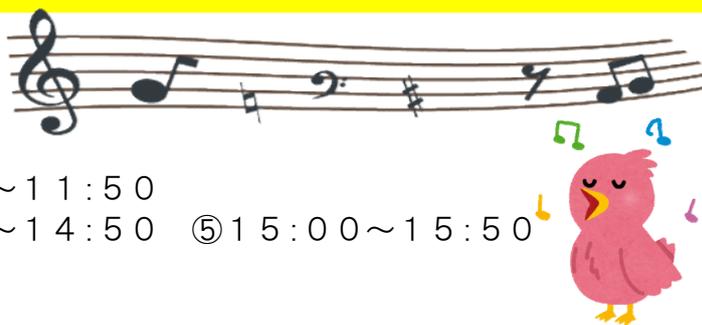
定員：各回 先着6名

申込：各開催日の一周間前9:00～ 窓口 又は専用電話080-4291-8613にて受付

令和7年4月より「ひよこタイム、ひばりタイム」を廃止し、全て「げつカラ」と称し、従来通り

①～⑤の時間帯はご利用者様に自由にお楽しみいただく形態と致します。

※職員による順番決め・機材操作等のお手伝いは止め、ご利用者様にお任せいたします。



松矢先生の「楽しい脳活体操」体験会

「2つのことを同時に行う」「左右で違う動きをする」といった普段慣れない動きで脳に適度な刺激を与え、活性化を図る体操です。できなくて当たり前！間違えてこそ脳が活性化します！！

明るく元気な松矢先生の指導の下で、笑顔やコミュニケーションが生まれる「楽しい脳活体操」講座を体験してみてください！！

日時：4月30日(水) 13:15～14:45

場所：名東福祉会館 集会室

定員：先着40名 ※4月から「楽しい脳活体操」講座を受講される方はご遠慮ください。

講師：松矢実知子さん

申込：3月28日(金)9:00～

窓口でお名前を記入 (電話受付不可/原則本人分のみ)



雨宮医師による無料健康相談

どんなお話しでもきいてくれる優しい先生です。些細な悩みなのでかかりつけ医に相談しにくい、でも医師に相談したい…そんな方は是非どうぞ！

日時：4月17日(木) 13:30～14:30

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 又は専用電話 080-4291-8613にて受付



健康相談

実施中



おくすりのこと
体調について
食生活 など
何でも
ご相談ください

なんでも無料相談

お体の悩みからご家族さまの心配ごと、その他スマホや携帯電話等、日々の生活に関するお悩み、なんでもご相談にのります。お気軽に窓口までお声掛けください。

日時：随時 ※看護師による対応をご希望の方は、火・木・金が受付となります。



サロン名東（火曜サロン）～認知症予防リーダー主催～

第1～4週の火曜の午後にサロンを開催しています。ちょっとした空き時間に、遊びにきませんか？
20-30分程みんなでストレッチや口腔体操したあと、毎週テーマを変えて楽しんでいきます。

空きがあれば当日参加もOK！楽しく歌って動いて認知症予防！！ぜひ遊びに来てください！！

日時：4月1・8・15・22日(火) 13:15～14:45

場所：名東福祉会館東館

定員：各日とも先着12名

申込：各開催日の一週間前9:00～

窓口 又は専用電話 080-4291-8613にて受付

【今月のメイン内容】

4/1 ゲーム、4/8 音楽、

4/15 体操、4/22 レクリエーション



音楽



体操



ゲーム



レクリエーション

ボランティア講師してみませんか？

令和7年度、名東福祉会館ではボランティア講師を募集します。みなさんの持っている知識や技能を生かして講師となり、イベントを開催しませんか？

テキスト作りや段取りなど開催までの諸々はスタッフがバックアップします。

みなさんの力をお借りして名東福祉会館のイベントをもっとバラエティに富んだ魅力のあるものにできたらと思っています。興味のある方はスタッフにお声がけください。お待ちしております！！

例えば



手芸・ハンドメイド



英会話



書道・ボールペン字



絵・イラスト



アロマセラピー



パーソナルカラー診断



写真

etc...

映画情報

名東シアター

上映作品「ALWAYS 三丁目の夕日'64」(上映時間144分)

日時：4月9日(水) 13:20～15:44頃 (開場13:00)

場所：名東福祉会館 集会室 定員：先着65名

申込：3月11日(火) 9:00～ 窓口でお名前記入 (電話受付不可)

※原則本人分のみ

■監督 山崎 貴

■出演 吉岡 秀隆、堤 真一、小雪、堀北 真希、もたい まさこ、三浦 友和、薬師丸 ひろ子、ほか

ミニシアター

上映作品「グレンミラー物語」(上映時間118分)

日時：4月7・21(月) 13:15～15:13頃 (開場13:00)

場所：名東福祉会館 東館 定員：各日 先着15名

申込：各開催日の一週間前 9:00～ 窓口 又は専用電話 080-4291-8613にて受付

※原則本人分のみ

■監督 アンソニー・マン

■出演 ジェームズ・スチュワート、ジューン・アリソン、ヘンリー・モーガン、チャールズ・チレイク