

## 2026年1月行事予定表

## 講座

午前10:15~11:45

★印は同好会※赤字表記は申込み必要

午後13:15~14:45

場所 日	集会室		東館		茶室/将棋室		多目的室		囲碁室		その他
日曜	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	
1 木											
2 金											
3 土											
4 日											
5 月	★中国式健康体操	えがおでコ-ラス(月)	—	—	—	将棋	★大正琴	★囲碁	—	—	
6 火	★桜会(カラオケ)	えがおでコ-ラス(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	—	—	
7 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	—	
8 木	—	★東会(日本舞踊)	予防教室	リーターフォローアップ°交流会	★茶道	将棋	—	★囲碁	★フラ ランカイ	—	
9 金	さわやかヨガ	健康体操(金)	予防教室T	スマイルクラブ	新春将棋大会	新春将棋大会	—	★囲碁	—	★琴	
10 土	—	中国式健康体操	—	—	—	将棋	—	★囲碁	★フラ自主練	—	
11 日											
12 月							成人の日				
13 火	★桜会(カラオケ)	カラオケRoomめいとう	予防教室	火曜サロン	—	将棋	—	★囲碁	★健康麻雀	囲碁	
14 水	名東シター	名東シター	川柳	詩吟	★手芸	将棋	—	★囲碁	—	—	
15 木	—	健康体操(木)	予防教室	—	★茶道	将棋	★俳句	★囲碁	—	—	健康相談
16 金	★フラダンス同好会	活き活き体操	予防教室	スマイルクラブ	—	将棋	—	★囲碁	—	★琴	
17 土	—	はつらつ健康体操	—	—	—	将棋	—	★囲碁	★むろの会	—	
18 日											
19 月	★中国式健康体操	えがおでコ-ラス(月)	げつカラ	げつカラ	—	将棋	★大正琴	★囲碁	★千久会	—	★卓球
20 火	★桜会(カラオケ)	えがおでコ-ラス(火)	予防教室T	火曜サロン	★大正琴	将棋	—	★囲碁	★NOSS	—	
21 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	—	
22 木	リフレッシュヨガ	★東会(日本舞踊)	予防教室T	—	★茶道	将棋	—	★囲碁	★フラ ランカイ	—	
23 金	★さわやかヨガ	健康体操(金)	予防教室U	スマイルクラブ	★ウクレレ	将棋	—	★囲碁	—	★琴	
24 土	—	中国式健康体操	—	★実践マジック	—	将棋	★水彩画	★囲碁	★フラ自主練	—	
25 日											
26 月	民謡	華道	げつカラ	げつカラ	—	将棋	—	★囲碁	★千久会(民謡)	リーターニング会	★卓球
27 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	—	
28 水	—	名東寄席	川柳	詩吟	★手芸	将棋	—	★囲碁	★健康麻雀	—	
29 木	新春囲碁大会	新春囲碁大会	予防教室Y	—	—	将棋	—	★囲碁	—	—	
30 金	紙粘土でお雛様作り	認知症予防講座	予防教室	スマイルクラブ	★ウクレレ	将棋	—	★囲碁	—	—	
31 土	—	TOHO MARCHING BAND	控室	控室	—	将棋	—	★囲碁	★むろの会	—	

## 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：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



# 名東福社会館だより

## 1月号

No.208  
2025.1.2.20発行



### おしゃせ

#### 館長より年末年始のあいさつ

今年のご利用、誠にありがとうございました。

名東福祉会館は昭和53年1月に竣工、令和8年1月をもって48周年を迎えます。

老朽化した会館のリニューアル工事（令和9年7月～令和10年6月）が計画されており  
本工事期間の令和9年度には50周年を迎えることとなります。

リニューアル詳細内容については、決定次第ご案内申し上げます。



#### 令和8年度 趣味講座のご案内 期間：令和8年4月～令和9年3月

令和8年度は15講座を開講いたします。（\*講座により材料費・教材費が別途要）

お申し込みには「福祉会館利用証」が必要です。詳しくは受付でご確認ください。

**募集期間：1月13日(火)～2月14日(土) お間違えの無いようお願い申し上げます。**

講座名	開催日	定員(名)
えがおでコーラス月曜コース	第2・3月 午後	60
えがおでコーラス火曜コース	第1・3火 午後	60
民謡（川崎会）	第2・4月 午前	50
華道（池坊）	第4月 午後	20
はじめてのフォークダンス	第2・4火 午後	60
川柳	第2・4水 午前	20
詩吟（雅芳流）	第2・4水 午後	20
絵手紙	第1木 午前	34

講座名	開催日	定員(名)
からだにやさしい健康体操	第1・3木 午後	50
シャキシャキ健康体操	第2・4金 午後	50
楽しい脳活体操	第1・3水 午前	50
ステップde頭の体操	第1・3金 午後	50
さわやかヨガ	第2金 午前	50
げんき美クス	第1・3土 午後	50
中国式健康体操	第2・4土 午後	50

午前：10:15～11:45 午後13:15～14:45

#### 《注意》

①えがおでコーラス月曜コース／えがおでコーラス火曜コース

②からだにやさしい健康体操／シャキシャキ健康体操

①②のお申し込みは、どちらか1つをお選びいただきます。

#### 【令和8年度講座に関するお知らせ】

※1. 一部の体操系講座は講座名称＆プログラム内容を一新しております。

旧健康体操(木)→からだにやさしい健康体操、旧健康体操(金)→シャキシャキ健康体操

旧活き活き体操→ステップde頭の体操、旧はつらつ健康体操→げんき美クス

※2. えがおでコーラス月曜コース・・・第1・3(月)午後 ⇒ 第2・3(月)午後

※3. 従来の本登録(当選者の受講手続き)はありません。

受講の当落は申込者各自で館内掲示・ホームページでご確認下さい。

※4. 申し込み多数の講座については4月末まで有効とする若干数の補欠当選者を設定します。

6月・8月・10月の月初に追加募集を行います。（先着順、窓口にて受付）

館便りの6月号・8月号・10月号で募集講座をお知らせします。

（館内掲示・ホームページ掲載）

**休講のお知らせ：1月13日（火）はじめてのフォークダンス**

**演芸発表会の写真のお引渡し：1月8日(木)～ 場所：受付窓口**

# めいとうの湯（お風呂）＆ 替わり湯：第2・4の水曜日

入浴方法：窓口にて利用証を提示し入浴の旨を伝え更衣室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

禁止事項：洗濯、毛染、髭剃り、髪カット、

他人に迷惑のかかる行為等

持ち物：タオル、石鹼、シャンプー等

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

## 1月の行事・イベント情報

### 絵手紙展 1月8日（木）～2月4日（水）～絵手紙講座の作品展示中～

#### 新春将棋大会

日時：1月9日（金）10:00～（受付9:30）

場所：茶室・将棋室

申込：～R7.12月19日（金）まで

昼食は各自でご用意ください。



#### 新春囲碁大会

日時：1月29日（木）10:15～（受付9:30）

場所：集会室

申込：～R7.12月26日（金）まで



### カラオケRoomめいとう：カラオケ同好会の皆さんとのコラボ企画

カラオケ同好会「桜会」との共催イベントです。

日時：1月13日（火）13:15～15:45

場所：集会室 定員：先着15名（桜会7名/一般8名）

申込：12月16日（火）～R8.1月9日（金）

窓口又は専用電話080-4291-8613にて受付

窓口で申込用紙を提出（電話申込受付可）

※申込用紙提出時に希望の曲を2曲記入してください

備考：一人2曲まで・時間の都合で後奏をカットする場合あり



### げつカラ～月曜日のカラオケ～

通信機器「DAM」を使：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：1月19日（月）・26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

定員：各回先着6名 場所：東館

申込：各開催日の一週間前（1月19日（月）分は1月9日（金）～）

9:00～ 窓口又は専用電話080-4291-8613にて受付



### 名東寄席 微笑亭さん太さん落語会

日時：1月28日（水）13:15～14:45

場所：集会室

定員：先着80名

出演：微笑亭さん太さん

申込：1月5日（月）9:00～ 窓口でお名前記入

（電話受付不可/原則本人分のみ）



豊橋落語天狗連所属。  
落語家としてだけでなく、新作落語の台本作家としても実力を認められている。  
時事問題や流行を独自の視点でおかしくも鋭く捉えた軽妙なマクラや本ネタ中のぐすぐりが人気

### リフレッシュヨガ

日時：1月22日（木）①10:00～10:50 ②11:00～11:50

場所：集会室 定員：各回先着20名

持物：バスタオル（持っている人はヨガマット）、フェイスタオル

水分補給できるもの、動きやすい服装で

講師：ヨガインストラクター 鎌田麻里子さん

申込：R7.12月22日（月）9:00～①②いずれかを選択のうえ

窓口でお名前記入（電話受付不可/原則本人分のみ）



## 紙粘土でお雛様を作ろう～ボランティア講師企画～

日時：1月30日（金）10:15～11:45

場所：集会室 定員：先着20名

持物：エプロン、筆洗いの容器（例：牛乳パック・ヨーグルト500ml等の空きパック、他）

**材料費：50円（当日払い）**

講師：利用者ボランティアさん

その他：アクリル絵の具を使用します。汚れても良い服装でご参加下さい。

申込：1月5日（月）9:00～窓口でお名前記入（電話受付不可/原則本人分のみ）



## 認知症予防講座：区役所共催～認知症予防は日々の生活にあり～

日時：1月30日（金）13:15～14:45

場所：集会室

定員：先着45名

講師：松矢実知子さん

「2つのことを同時に使う」「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！！

申込：1月13日（火）～1月29日（木）17:00 窓口・電話・FAXで

## TOHO MARCHING BAND

日時：1月31日（土）13:15～14:45

場所：集会室

定員：当日先着80名

出演：東邦学園の公式バンド

愛知東邦大学吹奏楽団＆東邦高校のマーチングバンド部の合同編成



## ちょこっと生活相談

福祉会館スタッフが、生活相談や福祉情報の提供に応じていますので  
どんなことでもまずはご相談ください。必要に応じ関係機関をご紹介します。

- ・スマートフォン・携帯電話等の相談（15時以降 おひとり様15分程度）
- ・看護師によるお体の悩み相談（火・木・金）



## 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：1月15日（木）13:30～14:30 場所：相談室

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

## 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？

日時：1月6・13・20・27日（火）13:15～14:45

定員：各日先着12名 場所：東館

申込：各開催日の一週間前9:00～窓口

または専用電話080-4291-8613にて受付

### 【今月のメイン内容】

1/6レクレーション	1/13 ゲーム
1/20音楽	1/27 体操

## いちにち名東シアター

開催日：1月14日（水） 場所：集会室 定員：午前の部・午後の部共に 先着80名

【午前の部】上映作品「阿修羅のごとく」（上映時間135分）

上映時間：1月14日（水）10:15～12:30頃（開場10:00）

【午後の部】上映作品「そしてバトンは渡された」（上映時間137分）

上映時間：1月14日（水）13:20～15:37頃（開場13:00）

