

# 2026 年 3 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

日	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	日										
2	月	★中国式健康体操	えがおでコース(月)	げっカラ	げっカラ	—	将棋	★大正琴	★囲碁	—	—
3	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	—
4	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	—
5	木	絵手紙	健康体操(木)	予防教室Y	リーダフォーUP	★茶道	将棋	—	★囲碁	—	—
6	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	—	★囲碁	—	★琴
7	土	—	はつらつ健康体操	—	—	—	将棋	—	★囲碁	★むろの会	—
8	日										
9	月	民謡	華道	げっカラ	げっカラ	—	将棋	—	★囲碁	★千久会(民謡)	—
10	火	★桜会(カラオケ)	フォークダンス	予防教室	火曜サロン	—	将棋	予防教室抽選会	★囲碁	★健康麻雀	★囲碁
11	水	—	津軽三味線	川柳	詩吟	★手芸	将棋	—	★囲碁	—	—
12	木	—	★東会(日本舞踊)	予防教室T	—	★茶道	将棋	—	★囲碁	★フラカイ	—
13	金	さわやかヨガ	健康体操(金)	予防教室T	スマイルクラブ	—	—	—	★囲碁	—	★琴
14	土	—	中国式健康体操	—	—	—	将棋	—	★囲碁	★フラ自主練	—
15	日										
16	月	★中国式健康体操	えがおでコース(月)	げっカラ	げっカラ	—	将棋	★大正琴	★囲碁	—	—
17	火	★桜会(カラオケ)	えがおでコース(火)	予防教室T	火曜サロン	★大正琴	将棋	—	★囲碁	★NOSS	サービス向上M
18	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	—
19	木	ピラティス	健康体操(木)	予防教室	—	★茶道	将棋	★俳句	★囲碁	—	健康相談
20	金	春分の日									
21	土	—	はつらつ健康体操	—	—	—	将棋	—	★囲碁	★むろの会	—
22	日										
23	月	民謡	華道	—	—	—	将棋	—	★囲碁	★千久会(民謡)	—
24	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	—
25	水	—	演芸・小唄	川柳	詩吟	★手芸	将棋	—	★囲碁	★健康麻雀	控室
26	木	—	★東会(日本舞踊)	予防教室	—	★茶道	将棋	—	★囲碁	★フラカイ	—
27	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	—	★囲碁	—	★琴
28	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	—
29	日										
30	月	名東シアター	名東シアター	—	—	—	将棋	—	★囲碁	—	—
31	火	—	めいとうharmony	予防教室	—	—	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：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



## 3月号

No.210  
2026.3.20発行



## お知らせ

### 令和8年度 趣味講座受講者の発表

2月18日(水)より、本館通路掲示エリアに全15講座の受講者(当選者)名を掲示しております。  
掲示期間～3月28日(土)

\*ホームページでは全15講座の受講者「申込番号」を掲載しております。

お名前が確認できた場合は、「チェック」欄に「○」を記入し窓口までお越し下さい。

講座年間予定表をお渡しするとともに、注意事項等のご説明を致します。

受講(当選)を辞退する場合は、3月28日(土)までに窓口、または電話でお申し付け下さい。



《受講者(当選者)発表》  
名前があった  
→チェック欄「○」

《受講決定》  
受付窓口へ  
講座年間予定表のお渡し  
受講時の注意事項等説明

《受講辞退の場合》  
～3月28日(土)までに  
窓口または電話で  
辞退申入れ

### 令和8年度 趣味講座受講者へのお願い

4月初回の講座開催日：お休みされる場合は必ず電話で欠席連絡をお願いします。

\*欠席連絡がない場合は、受講辞退とみなし補欠の方を繰上当選させていただきます。

補欠：辞退者がでた場合、補欠当選者を繰上げます。

繰り上げ当選者には、申込時に記載頂いた電話番号へお知らせいたします。

\*補欠資格は4月30日(木)までとなります。以降は権利消滅となります。ご注意ください。

### 令和8年度 定員に空きのある趣味講座のご案内

2月18日(水)の講座受講者発表において定員に満たなかった講座については2月18日(水)より先着順で随時募集を開始いたします。

定員に達した時点で募集を終了いたします。

申込みにあたっては、福祉会館の利用証が必要です。

利用証をお持ちでない方は身分証(個人番号カード、運転免許証等)をご持参のうえご来館ください。

**申込方法：窓口にて申込書を提出**

### 5月以降の趣味講座の追加募集について

5月1日(金)以降、定員に空きが出た講座については、福祉会館だより(6・8・10月号)で対象講座をご案内いたします。申込方法は該当月の第1開館日に窓口《先着順》で募集受付を行います。

《定員空き講座のご案内》  
名東福祉会館だより  
6・8・10月号に掲載

《募集受付日時》  
6月1日(月)  
8月1日(土) 15時～  
10月1日(木)

《受講決定》  
窓口で講座年間予定表お渡し  
受講時の注意事項等説明  
《受講開始》

### 冷暖房対策のおねがい

冷暖房(空調)が苦手な方は、体感調整ができるようひざ掛け・衣類等で調整ください。



## 趣味講座 出席簿への「〇」付け

出席簿への「〇」付けは各自で行ってください。(〇付けを忘れると無断欠席扱いになります)  
事前に欠席することが分かっている時は、出席簿にⓂ印を記入してください。  
急に欠席することになった場合は、会館までお電話ください。☎052-703-9282



## 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①利用証を提示 ②入浴の旨を伝え更衣室ロッカーの鍵の受取り  
③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



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

## 3月の行事・イベント情報

### 津軽三味線コンサート

日時：3月11日(水) 14:15～15:15 (開場 14:00)

場所：集会室

定員：先着80名

演奏：津軽三味線 味胤 チーム天白

申込：2月12日(木) 9:00～ 窓口でお名前記入  
(電話受付不可/原則本人分のみ)



### ピラティス

日時：3月19日(木) ①10:00～10:50 ②11:00～11:50

場所：集会室

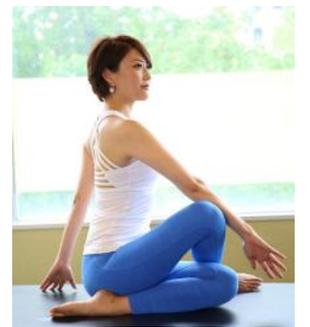
定員：各回先着20名

申込：2月19日(木) 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)

持物：ヨガマット(バスタオルでも可)、水分補給できるもの

講師：ピラティスインストラクター 石原美香さん

注意：しっかり運動します<運動負荷：強>



### 演芸・小噺を楽しむ会と便利な福祉用具の紹介

～なごや福祉用具プラザ  
地域介護者教室～

日時：3月25日(水) 13:20～14:50 (開場 13:00)

場所：集会室

定員：先着80名

演奏：経大亭勝笑さんと大道芸グウさん

申込：2月25日(水) 9:00～  
窓口でお名前記入(電話受付不可/原則本人分のみ)



### めいとうHarmony

職員による今年度最後の「めいとうハ～モニ～」を開催します。  
今回は今年度に歌った9曲を順番に歌っていきます。全部歌えるかな？

「花」「ブルー・シャトウ」「夏の思い出」「時代」「浜辺の歌」「亜麻色の髪の乙女」「荒野のはてに」「恋の季節」「冬の稲妻」

日時：3月31日(火) 13:15～14:45

場所：集会室

定員：先着65名

講師：渡邊久美子(当館職員)

申込：3月2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)



## 雨宮医師による無料健康相談

## 健康相談

実施中

どんなお話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：3月19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



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？  
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：3月3・10・17・24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 又は  
専用電話080-4291-8613にて受付

### 【今月のメイン内容】

3/3音楽

3/10体操

3/17レクリエーション

3/24ゲーム

### ゲーム



### 音楽



### 体操



### レクリエーション



## ちょこっと生活相談

福社会館スタッフが、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。

- ・スマホ・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）



## 映画情報

### いちにち名東シアター

#### 【午前の部】上映作品「ラストレシピ～麒麟の舌の記憶」(上映時間126分)

日時：3月30日（月）10:15～12:21頃（開場10:00）

定員：当日先着80名 場所：集会室

■監督 滝田洋二郎

■脚本 林民夫 ■原作 田中経一

■出演 二宮和也 西島秀俊 綾野剛 宮崎あおい 西畑大吾 竹野内豊  
大地康雄 伊川東吾 笈田ヨシ ほか



#### 【午後の部】上映作品「マスカレード・ホテル」(上映時間133分)

日時：3月30日（月）13:20～15:33頃（開場13:00）

定員：当日先着80名 場所：集会室

■監督 鈴木雅之

■脚本 岡田道尚 ■原作 東野圭吾

■出演 木村拓哉 長澤まさみ 小日向文世 梶原善 泉澤祐希 東根作寿英  
石川恋 濱田岳 前田敦子 笹野高史 高嶋政宏 ほか

