



令和 8 年 10 月号

昭和福祉会館だより



ちょっと寄って職員体操

7日(水) 14時～15時

「軽体操とコグニサイズ」

講師：昭和福祉会館 高力(こうりき) くみ

リズムにのって体操したり、コグニサイズを楽しみます。

(定員30名。受付開始：9月30日㊥)

音楽会

15日(木)

14時～15時

「みんなで歌おうこころの歌～秋うらら～」

講師：石川 清美 氏・山本 千恵子 氏

認知症予防リーダーさんの演奏で、“秋”の歌を楽しく歌ってうらかな気分になってみませんか。

(当日先着40名。 ※予約不要)



ミュージックサーフィン

17日(土) 10時30分～11時30分

「音楽の波に乗って運動しよう」

講師：古川 洋子 氏・村井 博史 氏

(定員30名(この内、LINE優先予約枠 10名)。受付開始：10月13日㊥)

限定! 【LINE 友だち優先予約枠】

①



②



① 昭和福祉会館と友だちになる

② 受付開始日時にオンラインで申込(先着10名 受付開始：10月1日㊥ 9時～)

楽しいエアロビ

26日(月)

(1部) 14時～14時45分

(2部) 15時～15時45分

リズムにのって楽しく体を動かします。 講師：Keiko(ケイコ) 氏
体調に合わせて、立位(1部)か座位(2部)かをお選びいただけます。

(1部・2部とも定員25名。受付開始：10月19日㊥)

リズム体操

29日(木)

10時～11時15分

リズムにのって楽しく体操しましょう。 講師：あい・愛マインド 加藤 利枝子 氏

(定員30名(この内、LINE優先予約枠 10名)。受付開始：10月20日㊥)

限定! 【LINE 友だち優先予約枠】

①



②



① 昭和福祉会館と友だちになる

② 受付開始日時にオンラインで申込(先着10名 受付開始：10月1日㊥ 9時～)

チェアビクス講座

31日(土)

10時～11時30分

家でも出来るストレッチと脳トレ体操

講師：健康運動指導士 平井 美穂 氏

(定員30名。受付開始：10月24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。

赤い羽根共同募金



事務室窓口には赤い羽根共同募金の募金箱を設置します。
皆様のご協力をお願いします。(10月1日～12月31日)



参加者募集！

映画会

30日（金） ①9時30分～11時37分 ②13時30分～15時37分

「海街diary」（2015年）

湘南を舞台に、異母妹を迎えて4人となった姉妹の共同生活を通し、家族の絆を描く。鎌倉に暮らす長女・幸、次女・佳乃、三女・千佳の香田家3姉妹のもとに、15年前に家を出ていった父の訃報が届く。監督：是枝 裕和／出演：綾瀬 はるか、長澤 まさみ ほか（当日先着 定員40名）※予約なしでご覧いただけます。

フラワーアレンジメント体験講座 31日（土） 14時～15時

講師：メイフェア主宰 フラワーデザイナー 前田 こずえ 氏

季節のお花を使って素敵な作品を作ります。

【持ち物】底のある紙袋、新聞紙2～3枚【材料代】800円（当日お支払い下さい）

（定員19名。※最小催行人員 10名 受付開始：10月26日㊤）

【予告】 のどの健康講座 11月4日（水） 13時30分～14時30分

講師：ボイストレーナー・音楽健康指導士 福島 恵 氏

嚥下に関するお話や口腔体操、ボイストレーニング、DAM（カラオケ）を使用して歌を歌うなど口腔に関する講座です。（定員30名。受付開始：10月27日㊤）

※ 先着順受付。電話（8時45分～17時）でお申し込みください。

懐かし映画上映会



10月上映予定（① 9時30分②13時30分）

10日「哀愁」（1940年）108分

監督：マーヴィン・ルロイ

出演：ヴィヴィアン・リー

ロバート・テイラー ほか

※日本語
字幕

24日「網走番外地」（1965年）92分

監督：石井 輝男

出演：高倉 健、南原 宏治、丹波 哲郎 ほか

※ 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。

お

り

が

み

サ

ロ

ン

「福助と季節の折り紙」を折ります。

難易度 ★★★★★

10月10日（土）10時～11時30分

・申込受付開始：10月5日㊤

・定員：20名（先着）

・持ち物：折り紙、のり、はさみ

健康相談

10月8日（木）14時～順次

場所：健康相談室

むぎしまファミリークリニック（内科・消化器内科）の麦島昭彦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。

Leader's サロン

“健康マージャン体験会”

日時：10月20日（火）9時30分～11時30分

定員：8名（先着）

申込受付開始：10月13日㊤

“回想法”

思い出話を語り合いませんか？

日時：10月23日（金）10時～11時

定員：17名（先着）※予約不要

名古屋市福祉会館めぐり

開催期間

令和8年10月1日（木）～令和8年12月26日（土）

参加対象

福祉会館利用証をお持ちの方（参加は1人1回限り）

参加方法

① 福祉会館の受付で利用証を提示し、福祉会館めぐりスタンプ用紙を入手してください。

② 市内の福祉会館をめぐり、スタンプを集めましょう。

賞品

8館以上のスタンプを集めた方には素敵な賞品を、さらに市内全16館のスタンプを集めた方には記念品を贈呈。



予告 昭和福社会館まつり 開催日：11月19日（木）・20日（金）

今年も昭和福社会館まつりを開催します。利用者の皆さんによる演芸発表会を行います。
※作品展示は、令和9年1月16日（土）～29日（金）に開催します。

また、呈茶は「茶道体験会」として実施予定です。10/13（火）～10/30（金）に窓口のみで受付予定ですので、詳細は館内掲示をご確認ください。

8月の行事レポート

「折り紙サロン」

8月5日（水）14日（土）

金魚のポチ袋と祝い鶴を作りました。金魚のポチ袋は左右に折り倒す工程を忘れがちになるのを注意しながら、祝い鶴は羽の部分を細かく折り込んでいく工程がわかりにくく皆さん迷いながらも完成されました。



「健康講話」

8月20日（木）

鈴木内科 鈴木勝雄医師をお迎えし「夏バテの残る身体に 秋の漢方ケア」をテーマにお話いただきました。漢方薬のお話や効能を軸に、季節の変わり目を健やかに過ごすコツなどを学びました。



「ミュージックベル演奏会

& バルーンアート」 8月24日（月）

桜花学園高等学校インターアクトクラブのみなさんによる、発表会と体験講座です。バルーンアート作りでは、グループに分かれて犬やうさぎなどの制作に挑戦。あちこちからバルーンの割れる音が聞こえてびっくり！ 最終的に、みなさんカラフルな力作が出来上がりました。



「ソフトエアロビクス」 8月31日（月）

あい・愛マインド 加藤利枝子先生の講座です♪ 準備体操のあと、立って音楽にのって踊りました。前半と後半の練習が終わったあと、「では続けてやりますよ！」という先生のかげ声に「えー！」という悲鳴が聞こえましたが、みなさん最後まで踊りました。最後に教わった椅子に座ってできるストレッチや体操は、ぜひ家でも続けてください。



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事業、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。福社会館からは中止の連絡はいたしませんので、ご不明な点がございましたら会館までお問い合わせください。

昭和福社会館の利用案内

□ 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、最寄りの福社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、マイナンバーカードなどの身分証明が必要です。

・利用証で市内の全福社会館が利用できます。

□ 会館ホームページ

<https://www.showafukushikaikan.com/>



- 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

□ 公式LINE

ID : showafukushikaikan

友だち登録をお願いします。

※「会館だより」も配信します。



昭和福社会館は、社会福祉法人名古屋市昭和区社会福祉協議会が指定管理者として運営しています。

令和 8年 10月 行事予定表

上段：午前
下段：午後

週	曜	集会室			多目的室 3			囲碁・将棋室		健康相談室
		1	2	3	1	2	3	1	2	
1	木	華道講座			認知症予防教室		短歌を楽しむ会	リーダー打合せ		電話相談
			カラオケ同好会		リーダー養成講座		ひよっこ			
2	金	太極拳講座			じんしゃち唄う会		英会話初級			
		健康体操講座・B			健康マージャン講座		英会話中級			
3	土	八事アロハウクレレ会		カラオケ倶楽部	ソフトエアロビ			環境囲碁		
		関西吟詩同好会		カラオケ倶楽部	健康ダンスの会		ひよっこ			
4	日									
5	月	バランスボール			みずきの会		リーダー打合せ	リーダー打合せ		電話相談
		アクティブシニアの体づくり			喜乃会		ひよっこ			
6	火		詩吟同好会		認知症予防教室					
		英会話講座			わくわくサロン		ひよっこ			
7	水	フラダンス講座			認知症予防教室			環境囲碁		
		★ちょっと寄って職員体操					楽マージャン同好会			
8	木	民謡講座			認知症予防教室		四季同好会			電話相談
		謡いの会	カラオケ同好会		スクエアダンス		ひよっこ			健康相談
9	金	スキルアップ講座					会館使用	二八会		
		リハビリ体操講座			喜乃会		会館使用			リーダー打合せ
10	土	折り紙サロン		ソフトエアロビ	懐かし映画会			環境囲碁		
		吟詩講座			懐かし映画会		ひよっこ			
11	日									
12	月									
13	火	詩吟講座			認知症予防教室		さくらんぼ会	初心者囲碁講座		
		コーラス講座・A			わくわくサロン		ひよっこ			
14	水	添削書道講座			認知症予防教室		茶道講座	環境囲碁		
			梓書道同好会		わくわくサロン		茶道講座			
15	木	華道講座			認知症予防教室		なかよし折り紙			電話相談
		★みんなで歌おうこころの歌			リーダー養成講座		ひよっこ			
16	金	太極拳講座			健康マージャン					
		日本舞踊講座			健康マージャン講座		楽マージャン同好会			
17	土	★ミュージックサーフィン			健康ダンスの会		ごきそ南和みの会	環境囲碁		
		関西吟詩同好会		フラ・レイナニ	中国語同好会		ひよっこ			
18	日									
19	月	コーラス講座・B			松謳会		アイドルNo.1クラブ	鯨城囲碁		電話相談
		ヨガ講座・B			八宝会		ひよっこ			
20	火		詩吟同好会		認知症予防教室		リーダー打合せ	リーダーサロン		
		英会話講座			わくわくサロン		ひよっこ			リーダー打合せ
21	水	フラダンス講座			認知症予防教室		濃茶研究会	環境囲碁		
		絵手紙講座			わくわくサロン		濃茶研究会			
22	木	民謡講座			認知症予防教室					電話相談
		健康講話			リーダー養成講座		オカリナ			
23	金	俳句講座			リーダーズサロン 回想法		鯨城26美会	二八会		
		日本舞踊講座			英会話(E.E.)					
24	土	スクエアダンス同好会		フラ・レイナニ	懐かし映画会			環境囲碁		
		吟詩講座			懐かし映画会		ひよっこ			
25	日									
26	月		コーラス同好会		みずきの会		初級囲碁教室	鯨城囲碁		電話相談
		★楽しいエアロビ					ひよっこ			
27	火	詩吟講座			認知症予防教室		オハナ趣味の会	初心者囲碁講座		
		リハビリ体操講座		輝く女性のカラオケ会	わくわくサロン					
28	水	添削書道講座			認知症予防教室		茶道同好会	環境囲碁		
			梓書道同好会		わくわくサロン		茶道同好会			
29	木	★リズム体操			認知症予防教室					電話相談
		フォローアップ交流会			リーダー養成講座		ひよっこ			
30	金	映画会			健康マージャン同好会					
		映画会			健康マージャン講座					
31	土	★チェアピクス講座						環境囲碁		
		★フラワーアレンジメント体験講座			中国語同好会		ひよっこ			

★いらっしやい事業