



令和 8 年 11 月号

昭和福祉会館だより



のどの健康講座

4日（水）13時30分～14時30分

嚥下のお話や口腔体操、
ボイストレーニング、歌を歌うなど
口腔に関する講座です。

講師：ボイストレーナー・音楽健康指導士
福島 恵 氏

（定員30名。受付開始：10月27日㊥）

避難訓練とまなびツアー

7日（土） 10時～10時30分

避難訓練のあと、公共交通機関で「昭和区 防災・減災 秋まつり2026」（川名公園）を見学するツアーです。※敬老パスがない方は往復交通費が必要です。

（定員12名。受付開始：10月28日㊥）

スクエアステップマット運動

9日（月） ①10時～10時40分
②11時～11時40分

マットの上を様々なステップを踏むことで脳と体を刺激します。

※事前申込は不要です。開始時間に合わせてお越しください。講師：昭和福祉会館

①②とも20人定員制。

高力くみ

イスの用意はありません。立って運動できる方のみご参加ください。

3B体操講座

13日（金） 10時～11時

ボールやベル、ベルターといった道具を使い
音楽に合わせて体を動かします。

講師：日本3B体操協会 公認指導者
中郷（なかごう）美希 氏

（定員30名。受付開始：11月6日㊥）

健康講話

26日（木） 14時～15時

「よくある身体の痛みについて」

講師：滝川いきいきクリニック
池内 克彦 氏

（定員30名。（この内、LINE優先予約枠 10名）受付開始：11月16日㊥）

限定!

【LINE 友だち優先予約枠】

① 昭和福祉会館と友だちになる

①



②



② 受付開始日時にオンラインで申込（先着10名 受付開始：11月2日㊥9時

ペーパークラフト講座 蓮の花

27日（金） 10時～11時30分

蓮紙を使って蓮の花を作ります。

講師：瀬戸 晶子氏

・持ち物：はさみ・のり・新聞紙・ウェットティッシュ ・費用：無料

（定員12名。受付開始：11月17日㊥）

映画会

30日（月） 9時30分～11時30分

「アンタタッチャブル」（1987年） 119分

1930年代のシカゴを舞台にアメリカ支配を企む暗黒街の男アル・カポネと彼に立ち向かう若き財務官の戦いを描く。監督はブライアン・デ・パルマ、出演はケヴィン・コスナー、ショーン・コネリーほか。

（定員40名、受付開始：11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。

[予告]健康体操&トレーニング 12月2日(水) 13時30分～15時

「～貯筋をしよう～」

講師：牧野 智基 氏

(定員30名。(この内、LINE優先予約枠 10名) 受付開始：11月26日(木))

限定! 【LINE 友だち優先予約枠】

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：11月2日(月)9時～)

①



②



ご来館ください!

**昭和
福祉会館
まつり**



11月19日(木)

20日(金)

10時～15時

ご家族様、市外のご友人の皆さんもお越しください。

演芸発表会

**19日
(木)**

**20日
(金)**

作品展示

英会話講座・同好会／吟詩講座／宝生流謡曲講座・八宝会／詩吟講座／四季同好会(大正琴)／太極拳講座／観世流謡曲講座・松謳会／民謡講座／喜乃会 ※順不同

関西吟詩同好会／詩吟同好会／八事アロハウクレレ／フラダンス講座／じんしゃち唄う会／アイドルNO1レア／フラダンス同好会レイナニ／スクエアダンス同好会・健康ダンスの会／日本舞踊講座 ※順不同

華道

※11月18日(水)・19日(木)・20日(金)は講座・同好会を休止し、19日(木)・20日(金)はシャワー室の自由利用はできません。

参加者募集!

懐かし映画上映会



11月上映予定 (①9時30分②13時30分)

14日「道」(1954年、イタリア) 104分

監督：フェデリコ・フェリーニ ※日本語

出演：ジュリエッタ・マシーナ 字幕

アンソニー・クイン ほか

28日「素晴らしき日曜日」(1947年) 108分

監督：黒澤 明

出演：沼崎 勲、中北千枝子 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 い が み せ ろ ン

来年のえと「ひつじ」を折ります。

11月14日(土) 10時30分～12時

・申込受付開始：11月7日(土)

・定員：20名(先着) 難易度 ★★★☆☆

・持ち物：折り紙、のり、はさみ



ひまわり冒険サロン

認知症予防リーダーといろいろな体操を!

日時：11月30日(月) 13時30分～15時

定員：20名(先着)

申込開始：11月21日(土)

Leader's サロン

“健康マージャン体験会”

日時：11月17日(火)

9時30分～11時30分

定員：8名(先着)

申込受付開始：11月10日(火)

“歌声合唱会”



リクエストをお聞きし、みんなで歌いましょう。

日時：11月21日(土)

10時～11時30分

定員：36名(先着)

※予約不要

“回想法”

思い出話を語り合いませんか?

日時：11月2日(月)

13時30分～14時30分

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
参加対象
参加方法

令和8年10月1日（木）～令和8年12月26日（土）
福祉会館利用証をお持ちの方（参加は1人1回限り）

- 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。
- 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。

9月の行事レポート

「ALSOK 防犯かるた講座」9月19日（土）

かるたを楽しみながら防犯意識を高めることが出来ました。
景品があり戦いが白熱し楽しんでいただきました。

ALSOK職員さんに防犯についての質問も飛び交い有意義な時間となりました。



「折り紙サロン」9月2日（水）、12日（土）

10月がハロウィンなのでカボチャの器とキャンディケースを作りました。
カボチャの器は、折りやすかったようです。
キャンディケースは、折り目が少しやりにくい部分がありましたが皆さん完成されました。



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。福祉会館からは中止の連絡はいたしませんので、ご不明な点がありましたら会館までお問い合わせください。

昭和福祉会館の利用案内

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

- 初めて利用される時は、最寄りの福祉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祉会館が利用できます。

会館ホームページ

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



昭和福祉会館は、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。



- 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。



赤い羽根共同募金



事務室窓口に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）



令和 8 年 1 1 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	日									
2	月	バランスボール講座			みずきの会			リーダー打合せ		電話相談
		アクティブシニアの体づくり講座			LS回想法		ひよっこ			
3	火									
4	水	フラダンス講座			認知症予防教室			環境囲碁		
		★のどの健康講座			わくわくサロン		楽マージャン同好会			
5	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
		松謳会	カラオケ同好会		リーダー養成講座		ひよっこ			
6	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			
7	土	八事アロハウクレレ会		カラオケクラブ	ソフトエアロビ		★防災イベント	環境囲碁		
		関西吟詩同好会		カラオケクラブ	健康ダンスの会		ひよっこ			
8	日									
9	月	健康体操講座・A			★スクエアステップマット			鯨城囲碁		電話相談
		ヨガ講座・A			八宝会		ひよっこ			
10	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			
11	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			
12	木	民謡講座			認知症予防教室		四季同好会			電話相談
		スクエアダンス	カラオケ同好会		喜乃会		ひよっこ			
13	金	★3B体操						二八会		
		リハビリ体操講座			喜乃会					
14	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			
15	日									
16	月	コーラス講座・B			松謳会		アイドルNo.117	鯨城囲碁		電話相談
		ヨガ講座・B			八宝会		ひよっこ			
17	火	詩吟同好会			認知症予防教室		Lころん	リーダーズサロン		
		英会話講座			わくわくサロン		ひよっこ			Lころん
18	水	会館まつり準備								
19	木	会館まつり								
20	金	会館まつり								
21	土	LS歌声合唱会			健康ダンスの会			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			
22	日									
23	月									
24	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					
25	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			
26	木	民謡講座			認知症予防教室					電話相談
		健康講話			オカリナ講座					
27	金	俳句講座			★ペーパークラフトはすの花		鯨城26美会	二八会		
		日本舞踊講座			英会話(E.E.)		楽マージャン			
28	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			
29	日									
30	月	映画会						鯨城囲碁		電話相談
		ひまわり冒険サロン			わくわくサロン		ひよっこ			

★いらっしやい事業