

< 当館運営について >



新型コロナウイルス感染症の感染法上の位置づけが5類移行に伴い、下記の通り変更します。

- ①マスク着用・検温・手指消毒・道具の消毒は、個人の判断でお願いします。
- ②囲碁・将棋・卓球は、自由利用となります。お互い譲り合ってください。
- ③談話室で食事をとることができます。他の部屋は、引き続き水分補給のみできます。



☆令和6年 11月～12月に申込の **高岳福祉会館単発講座** ☆

* 事前申込制で、それぞれの受付開始日より先着順で受付ます。

①会館窓口(午前9時～午後4時30分)・②電話(午前10時～午後4時30分)

のどちらかで受付ます。①と②で受付開始時間が異なります。お気をつけください。

* 参加を希望される方は、福祉会館利用証が必要です。利用証を持っていない方・紛失された方は、福祉会館で手続きをお願いします。(発行には、本人確認書類が必要です。)

膝痛・腰痛予防体操

開催日:11月12日(火)午後2時～3時
講師:矢野 郷さん
10/29(火)より 受付開始 先着30名



気軽に集まろう!

クラフハウス サロンたかおか



開催日:11月18日(月)午前10時～11時30分
講師:認知症予防リーダーのみなさん
11/5(火)より 受付開始 先着12名

健康講話

「動脈硬化とコレステロールのお話
(スタチンの威力)」
開催日:11月22日(金)午後1時～2時
講師:中川 ひふみ医師(中川整形外科・内科)
11/8(金)より 受付開始 先着40名

初めてのスマートフォン教室 スマホ決済編

開催日:11月28日(木)午後1時30分～3時
講師:ソフトバンク株式会社スマートフォン教室講師
11/14(木)より 受付開始 先着15名
*教室用のiPhoneを使用していきます。

ゲームで楽しむ

サタデーモルック

開催日:11月30日(土)午前9時30分～11時
講師:認知症予防リーダーのみなさん
11/16(土)より 受付開始 先着20名

ポップスにのって運動しましょう

開催日:11月30日(土)午後1時～2時
講師:ミュージックサーフィン
11/16(土)より 受付開始 先着30名

ゲームで楽しむ

サタデーモルック

開催日:12月7日(土)午前9時30分～11時
講師:認知症予防リーダーのみなさん
11/26(火)より 受付開始 先着20名

【60歳からの福祉会館講座】

護身術エクササイズ②

開催日:12月7日(土)午後1時～2時10分
講師:大倉 館長
11/22(金)より 受付開始 先着20名

笑いヨガ

開催日:12月9日(月)午前10時～11時
講師:南川 江里子さん
11/25(月)より 受付開始 先着30名

★出張福祉会館★ 60歳間近(50代)の方の体験も可

バランスボールエクササイズ

開催日:12月12日(木)午後1時30分～2時30分
講師:山田 千尋さん
開催場所:東スポーツセンター軽運動室
地下鉄「ナゴヤドーム前矢田」駅 1番出口より徒歩5分
※令和6年度 当館の同教室を受講していない方
11/28(木)より 受付開始 先着20名

足指ストレッチ&トレーニング

開催日:12月13日(金)午後1時～2時
講師:板東 陽子さん
11/29(金)より 受付開始 先着30名

**アロマセラピーの体験～アロマミスト作り～
と便利な福祉用具の紹介**

開催日:12月18日(水)午後1時～2時30分
講師:アロマセラピスト松本 イズミさん
12/4(水)より 受付開始 先着20名

※暴風警報が発令されますと、その時点で、全ての事業が中止になります。確認してお出かけください。

午前7時に発令中 → 午前中止 午前11時に発令中 → 午後中止

< 申込・問い合わせ先 > **高岳福祉会館**

TEL : (052) 931-8174

開館時間: 午前8時45分～午後5時

※日曜・祝日と年末年始(12/29～1/3)は、休館日

* 地下鉄桜通線「高岳」駅下車、エレベータで上がってすぐ右隣のビル(2階が受付です)

ホームページはコチラ

