

令和元年9月

中区 シニアお出かけカレンダー

健康長寿は 社会参加 体力づくり 食生活

中区区内でおこなわれているサロン・講座・教室に積極的に参加しよう！

日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
曜日	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	
午前		サロン(大須-2) 大須	はつらつ(新栄) 新栄会館	サロン(老松-4) 老松	サロン(栄-1) ぼっかぼか	サロン(老松-5) ふれあいサロン みらい	サロン(橋-3) にこにこ		サロン(大須-4) 楽運寺いきいき	サロン(平和-1) TOMO	サロン(老松-5) ふれあいサロン みらい	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う	はつらつ(千早) 千早コミセン	サロン(橋-3) にこにこ	サロン(正木-4) たつみ	
	9月1日は防災の日 万が一に備えて「防災対策」を見直そう!!	サロン(松原-1) 松原	福祉会館 認知症予防教室	サロン(正木-2) 唄ごえ十八番	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う	はつらつ(千早) 千早コミセン	福祉会館 歌おう会		サロン(正木-3) 正木	はつらつ(新栄) 新栄会館	サロン(平和-3) 平和	サロン(橋-1) 歴史発見ふれあい	認知症カフェ くららカフェ	サロン(橋-11) ひだまりの会	いきいき RAN伴	
		はつらつ(老松) 鶴舞荘集会所		はつらつ(名城) 名城小	はつらつ(橋) 橋会館	福祉会館 折り紙サロン			はつらつ(老松) 鶴舞荘集会所	福祉会館 認知症予防教室	サロン(正木-2) 唄ごえ十八番	はつらつ(橋) 橋会館	ウォーキンググループ さわやか鶴舞	福祉会館 手のマッサージ		
		ウォーキンググループ 白川ウォーク		福祉会館 認知症予防教室	福祉会館 認知症予防教室	ウォーキンググループ さわやか鶴舞			福祉会館 みんなで ピンポン		はつらつ(名城) 名城小	福祉会館 認知症予防教室				
				ウォーキンググループ はち丸ウォーク					ウォーキンググループ 白川ウォーク			福祉会館 認知症予防教室	福祉会館 プリザーブド フラワー体験教室			
午後		サロン(新栄-3) つくもカフェ	はつらつ(新栄) ヨナワールド	サロン(栄-2) ネットサロン	サロン(名城-1) ガイア健康	サロン(橋-10) 結の会	サロン(老松-3) なごみ会		サロン(新栄-3) つくもカフェ	サロン(千早-1) 千早	サロン(御園-2) ほっとサロン	サロン(御園-1) いけいけ田中屋	サロン(橋-4) 炎火会	サロン(老松-3) なごみ会	サロン(千早-2) 千早脳トレ	
		サロン(橋-2) ラッタッタヨガ		サロン(橋-12) たべよう会	サロン(新栄-3) つくもカフェ				サロン(正木-2) 唄ごえ十八番	はつらつ(新栄) ヨナワールド	サロン(栄-2) ネットサロン	サロン(新栄-3) つくもカフェ	サロン(橋-7) 虹の会	いきいき 認知症サポーター フォローアップ講座		
		サロン(正木-2) 唄ごえ十八番		福祉会館 歌おう会	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う				はつらつ(大須) 大須コミセン		サロン(橋-2) ラッタッタヨガ	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う	サロン(正木-1) サロンそよ風金山			
		はつらつ(大須) 大須コミセン			サロン(A)※ ファミ雀会(橋) 18:00~				福祉会館 音楽リハビリ		サロン(橋-8) 橋	サロン(A)※ ファミ雀会(橋) 18:00~	福祉会館 特別上映会			
					はつらつ(正木) むつみグリーン							はつらつ(正木) むつみグリーン				

▲避難場所の確認
▲非常持ち出し袋
▲飲料・食料の備蓄 (7日分)

※参加者限定サロン

認知症にやさしいまち大須プロジェクト
令和元年9月12日(木)14時~16時(受付13時30分)
 講演『認知症は歩きなさい!』渡辺クリニック院長
 講話『通報時のポイントは』中警察署生活安全課
 講談『声をかけられる人になろう』講談師 旭堂鱗林
 会場:大須演芸場
 定員:150名 参加費無料
 問合せ先:中区いきいき支援センター

なごやかクラブなか
 (中区老人クラブ連合会)に
 ☺加入しませんか☺
 ★スポーツ大会、清掃活動、健康体操や春と秋の日帰り旅行など様々な活動があります★
 仲間づくり、社会貢献や健康づくりをしたい方はぜひ一度お問い合わせください!
 問合せ先:中区役所福祉課
 TEL265-2329

問い合わせ先
 詳しい内容は、担当事業所にお問い合わせください。

サロン はつらつ
 中区社会福祉協議会
 ☎331-9951

福祉会館
 前津福祉会館
 ☎262-1869

認知症カフェ いきいき
 中区いきいき支援センター
 ☎331-9674

ウォーキング 保健センター
 中保健センター
 ☎265-2262

発行 / 中区地域包括ケア推進会議
 生活支援専門部会・介護予防部会
 連絡先 / 中保健センター TEL265-2262
 ④ 8月末時点の情報を基に作成しています。各事業所にお問い合わせのうえ、ご参加下さい。