

令和元年5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・口腔ケア

中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	16	17	
曜日	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	
午前							はつらつ(新栄) 新栄会館	サロン(栄-3) つどい	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う	サロン(橋-8) 虹の会	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-2) TOMO	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	
							福祉会館 認知症予防教室	サロン(老松-5) ふれあいサロン みらい	はつらつ(橋) 橋会館	はつらつ(千早) 千早コミセン	サロン(橋) ひだまりの会		サロン(正木-2) 正木	はつらつ(新栄) 新栄会館	サロン(正木-1) 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	
								サロン(平和-3) 平和	福祉会館 認知症予防教室	認知症カフェ くららカフェ	福祉会館 手のマッサージ		はつらつ(老松) 鶴舞荘集会所	福祉会館 認知症予防教室	はつらつ(名城) 名城小	サロン(橋-1) 歴史発見ふれあい	福祉会館 折り紙サロン	
								サロン(正木-1) 唄ごえ十八番	福祉会館 たのしいスマホ教室	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		福祉会館 認知症予防教室	福祉会館 はつらつ(橋)	福祉会館 はつらつ(橋)	ウォーキング グループ さわやか鶴舞
								はつらつ(名城) 名城小						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	
午後								福祉会館 認知症予防教室										
								認知症カフェ としわカフェ										
								ウォーキング グループ はち丸ウォーク										
午後							はつらつ(新栄) ヨナワールド	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-5) 金曜サロン	サロン(老松-3) なごみ会		サロン(新栄-4) つくもカフェ	サロン(千早-1) 千早	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-11) 結の会	
								サロン(栄-2) ネットサロン	サロン(新栄-4) つくもカフェ	サロン(正木) サロンそよ風金山		サロン(正木-1) 唄ごえ十八番	はつらつ(新栄) ヨナワールド	サロン(老松-2) 打歌団	サロン(新栄-4) つくもカフェ			
								サロン(橋-9) 橋	サロン(橋-4) 炎火会				はつらつ(大須) 大須コミセン		サロン(橋-10) たちばな元気かい	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う		
								サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う					福祉会館 認知症サポーター 養成講座		サロン(橋-12) 食べよう会	サロン(A)※ ファミ雀会(橋) 18:00~		
								サロン(A)※ ファミ雀会(橋) 18:00~						福祉会館 歌おう会	はつらつ(正木) むつみグリーン			
午後								はつらつ(正木) むつみグリーン							保健センター 元気アップ健康クラブ (中文化センター)	福祉会館 のびのび体操		
								福祉会館 健康相談									いきいき 認知症おしゃべり カフェ	
								福祉会館 楽楽体操									いきいき もの忘れ相談	

令和から始めてみませんか！

即位の日  
国民の休日  
憲法記念日  
みどりの日  
こどもの日  
振替休日

各事業所、5/6までお休みです。

傾聴ボランティア養成講座  
聴き上手になりませんか？  
傾聴を学んで話し相手のお手伝いをしてください  
①5/28(火) ②6/4(火) ③6/14(金) ④6/21(金)  
会場：中区在宅サービスセンター3F研修室  
時間：10:00～12:00  
定員：30名(5/24までに申込み) 参加費：無料  
申込・問合せ：中区社会福祉協議会

※参加者限定サロン

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 是つらつ  
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事務局  
生活支援・介護予防部会  
連絡先 / 中保健センター TEL265-2262  
④ 4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。

令和元年5月

# 中区 シニアお出かけカレンダー



日	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
曜日	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	
午前	サロン(大須-1) おしゃべり サロンすみれ	サロン(正木-3) たつみ	サロン(大須-2) 大須	サロン(橋-6) 絵手紙	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	サロン(老松) じえねlabo	サロン(大須-3) よりみち	サロン(新栄-3) ふれあい おしゃべり喫茶	サロン(正木-2) 正木	サロン(平和-2) TOMO	サロン(正木-1) 唄ごえ十八番	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う	サロン(橋-4) はつらつ(千早)	はつらつ(千早)
	サロン(橋-3) にこにこ		サロン(松原-1) 松原	はつらつ(新栄) 新栄会館	サロン(平和-3) 平和	はつらつ(橋) 橋会館	はつらつ(千早) 千早コミセン	サロン(橋-3) にこにこ		はつらつ(老松) 鶴舞荘集会所	はつらつ(新栄) 新栄会館	サロン(老松-5) ふれあいサロン みらい	はつらつ(橋) 橋会館	福祉会館 折り紙サロン	
	サロン(橋-7) 手芸の会		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-1) 唄ごえ十八番	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	福祉会館 認知症予防教室	はつらつ(名城) 名城小	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 なつかし上映会		福祉会館 みんなでピンポン		はつらつ(名城) 名城小					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			
			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 楽しくパレト体操		
					福祉会館 パスハイク										
					認知症カフェ 大須カフェ										
午後	サロン(老松-3) なごみ会	サロン(千早) 脳トレ麻雀	サロン(新栄-4) 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-5) 金曜サロン	サロン(老松-3) なごみ会		サロン(新栄-4) つくもカフェ	サロン(栄-3) つどい	サロン(栄-2) ネットサロン	サロン(新栄-4) つくもカフェ	サロン(橋-4) 炎火会	
	福祉会館 歌おう会		サロン(橋-2) ラッタッタヨガ	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-4) つくもカフェ			サロン(橋-2) ラッタッタヨガ	サロン(千早-1) 千早	福祉会館 歌おう会	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う	福祉会館 ミュージック サーフィン		
	いきいき 家族教室		サロン(正木-1) 唄ごえ十八番		サロン(新栄-1) シャチホコ	サロン(松原-2) 昔を思い・語り合う			サロン(橋-9) 橋	サロン(正木) サロンそよ風金山		サロン(A)※ ファミ雀会(橋) 18:00~			
			はつらつ(大須) 大須コミセン			サロン(A)※ ファミ雀会(橋) 18:00~			サロン(正木-1) 唄ごえ十八番	はつらつ(新栄) ヨナワールド		はつらつ(正木) むつみグリーン			
			保健センター 男の筋トレ			はつらつ(正木) むつみグリーン			はつらつ(大須) 大須コミセン	福祉会館 いこまえづサロン		福祉会館 元気体操			
						福祉会館 きまぐれ喫茶			福祉会館 いこまえづサロン			保健センター 続けられる筋トレ			
						福祉会館 健康相談									
						福祉会館 きてみてヨガ体操									

認知症カフェ **モテカフェ** 開設のお知らせ  
**6月18日(火) 14:00~16:00**  
 会場：モテット鶴舞公園1F  
 中区千代田2-8-7  
 開催日：毎月第3火曜日  
 参加費：100円  
 申込・問合せ：居宅支援事業所草まくら  
 TEL212-9371  
 ※事前申込が必要ですが、  
 当日参加もできます  
 どなたでも参加  
 できます！  
 ケアマネによる  
 介護相談も  
 できます

※参加者限定サロン

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 是つらつ  
 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事務局  
 生活支援・介護予防部会  
 連絡先 / 中保健センター TEL265-2262  
 ④ 4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。