

※各施設の住所は、⑬面を参照してください。また、掲載の事業は変更になる場合がございます。詳細は施設へお問い合わせください。



東スポーツセンター
TEL 723-0411 FAX 723-0440

▼一回参加型スポーツ教室
対象 中学生以上
定員 各40人 **料金** 各350円

①エ ビ ク ス	I	2/18・25、3/11(水)	午後7:00～8:00
	II	2/19・26、3/12(木)	午前9:30～10:30
②ヨ ガ		2/18・25、3/11(水)	午後8:10～9:00
③ソフトエアロ		2/19・26、3/12(木)	午前10:45～11:45

申込 ①当日開始30分前から先着順 ②当日午後7:00から整理券配布
③当日午前9:00から整理券配布



東図書館
TEL 712-3901 FAX 712-3902

▼申込参加(先着順)
●ちくちく手づくりの会「わにくん」
日時 2/25(水)
午前10:00～正午
定員 10人
持ち物 布の切れるはさみ・針・まち針
料金 400円
申込 2/11(水・祝)午前9:30～電話
または市図書館ウェブサイトから
●大人のためのおはなし会
日時 3/13(金)
①午前10:15～11:00
②午前11:15～正午
定員 ①②各15人
申込 2/27(金)午前9:30～電話で


▼自由参加(申込不要・無料)
●赤ちゃんからのおはなし会
日時 2/12(木)・27(金)
午前11:00～11:30
対象 乳幼児とその保護者
定員 各12組(当日先着順)
●耳で聴くおはなし会
日時 2/14(土)午後2:30～3:00
対象 5歳から大人の方まで
定員 15人(当日先着順)※付き添い含む
●英語のおはなし会
日時 2/19(木)午前11:00～11:30
対象 未就園児とその保護者
定員 12組(当日先着順)※付き添い含む
●おはなし会
日時 2/21・28、3/7(土)
午後2:30～3:00
対象 幼児・小学生
定員 各15人(当日先着順)
※付き添い含む

視覚障害者など、活字資料を読むことが困難な方へ対面読書サービスを行っています。ご希望の方や詳しく知りたい方は、当施設へお電話ください。



自動車図書館
TEL 821-3364 FAX 821-3364

●徳川園(北大型バス駐車場)
日時 2/12(木)午後2:00～4:00



高岳福祉会館
TEL 931-8174 FAX 935-1025


●健康相談(申込不要・無料)
日時 3/6(金)午後2:00～2:45

▼申込参加(先着順・無料) **各講座とも事前申込が必要です。**
●オープン(単発)講座

講座名	日時	定員
①初めてのスマートフォン教室 アンドロイド LINEでコミュニケーション 応用編	2/26(木)午後1:00～2:00	10人
②ちょこっと音楽・高岳	2/27(金)午後1:00～2:10	40人
③60歳からの福祉会館講座 介護保険を知ろう(1)	2/28(土)午後1:00～2:10	25人
④バランスボールエクササイズ ※a⑥どちらか選択	a3/2(月)午前10:00～10:50 b3/2(月)午前11:00～11:50	16人
⑤ゲームで楽しむ「モルックα(アルファ)」	3/7(土)午前9:30～11:00	20人
⑥認知症予防ゲーム	3/9(月)午前10:00～11:30	20人
⑦気軽に集まろう「サロンたかおか」 脳トレ・折り紙・歌・茶話会と盛りだくさん	3/16(月)午前10:00～11:30	12人
⑧ゲームで楽しむサタデーモルック	3/21(土)午前9:30～11:00	20人

申込 ①2/12(木)～ ②2/13(金)～ ③2/14(土)～ ④2/16(月)～
⑤2/21(土)～ ⑥2/24(火)～ ⑦3/3(火)～ ⑧3/7(土)～
直接窓口へ(午前10:00～電話も可)
※①は、ご自身のスマートフォン(アンドロイド)を使用して行います。
スマートフォンの貸し出しはありません。
※③は、スタンプカード対象。3回受講で粗品あり。
※⑤と⑧は、同じ月のモルックのため、どちらか1つしか申し込みできません。
※いずれの講座も申し込み受け付け開始時点で申し込み多数の場合、抽選。


●認知症予防教室「なないろ」(半年毎週参加・申込参加・無料)
日程 令和8年4～9月①毎週火曜日 ②毎週水曜日 ③毎週木曜日
時間 午前10:00～正午
対象 市内在住の65歳以上の方で、他区で申し込みしていない方
定員 ①②③各12人 **申込** 2/12(木)～28(土)に直接窓口へ
※毎週参加できる曜日を選択。電話での申し込み不可。申し込み多数の場合、抽選。
●認知症予防リーダー養成講座(申込参加・無料)
日時 4/16・23・30、5/7・14(木)午後2:00～4:00(5/7のみ午前10:00～正午)
※上記のほか、市内で外部研修5回あり。外部研修時交通費必要。
定員 5人(先着順)
申込 2/12(木)～直接窓口へ※電話での申し込み不可



**東区
いきいき支援センター**
TEL 932-8236 FAX 932-9311

▼申込参加(先着順・無料)
●認知症サポーター養成講座
日時 2/13(金)午後2:00～3:30
場所 東図書館2階 集会室
定員 15人
申込 2/12(木)までに電話で

●もの忘れ相談医の専門相談
日時 2/18(水)午後1:30～3:00
定員 3組程度
申込 2/16(月)までに電話で
●認知症家族サロン
日時 3/5(木)午後1:30～3:30
定員 15人程度
申込 3/3(火)までに電話で
●健康相談(申込不要・無料)
日時 2/19(木)午前10:00～11:30
場所 徳川公設市場(徳川町522)



高岳児童館
TEL 932-1718 FAX 935-1025


▼申込参加(先着順・無料)
①ぴょんぴょんクラブ
日時 2/19(木)午前10:30～11:30
対象 よちよち歩きできる乳幼児とその保護者
定員 12組
②たのしいリトミック
日時 2/20(金)a午前10:00～10:45
b午前11:00～11:45
対象 首のすわった歩き出す前の乳幼児とその保護者
定員 a⑥各12組
③ベビーマッサージ&ヨガ
日時 2/26(木)a午前10:00～10:45
b午前11:00～11:45
対象 首のすわった0歳児とその保護者
定員 a⑥各12組
申込 ①2/12(木) ②2/13(金)
③2/19(木)
午前10:00～直接窓口へ
(午前10:30～電話も可)

▼自由参加(申込不要・無料)
●おでかけじどうかんin山吹谷公園
日時 2/12(木)午後2:30～4:00
場所 山吹谷公園(種木町2丁目)
※雨天中止
●土曜おはなし会
日時 2/28(土)午前10:30～11:00
対象 乳幼児(保護者同伴)～小学2年生
定員 10組(当日先着順)
●おしゃべりべびも
日時 3/3(火)午前10:00～11:00
対象 未就園児とその保護者
プレママ・プレパパ
●こまこまふっちゃんと遊ぼう!
日時 3/8(日)午後2:00～3:30
対象 幼児(保護者同伴)～高校生
●ももちゃんひろば
日時 3/10(火)午前10:00～正午、
午後1:00～2:00
対象 乳幼児とその保護者
定員 20組程度(当日先着順)
●おもちゃ病院とんかち(申込不要)
日時 3/1(日) 午前10:00～午後3:00
※修理代は無料、部品代は自己負担。
※エアガンなどの危険なおもちゃ、
電子ゲームは修理できません。

●令和8年度クラブ員募集(4月スタート)

(1)小さなアーティスト	日時 月1回土曜日 午前10:00～11:00 料金 2,000円(年額) 対象 年中・年長のお子さんとその保護者 定員 10組
(2)わくわくアート	日時 月1回日曜日 午前10:00～11:00 料金 2,000円(年額) 対象 小学生 定員 15人
(3)囲碁クラブ	日時 月1回日曜日 午前10:00～11:30 料金 1,000円(年額) 対象 年長～小学6年生 定員 20人
(4)将棋クラブ	日時 月1回日曜日 午前10:00～11:30 料金 1,000円(年額) 対象 小学生～高校生 定員 32人
(5)ヒップホップ ダンスクラブ	日時 月2回土曜日 午前10:00～11:00 料金 1,000円(年額) 対象 小学生～中学生 定員 20人

※学年は令和8年度の新学年です。(2)～(5)は、保護者の入室不可。
申込 2/11(水・祝)～18(水)までに当施設ウェブサイトで①希望するクラブ名
②参加者氏名(ふりがな) ③学校名・新学年 ④郵便番号・住所 ⑤電話番号
⑥生年月日 ⑦保護者氏名を入力(詳細はお問い合わせください)
※申し込み多数の場合、抽選。不備のあるものや期間外の申し込みは無効。
※ご本人の意思をご確認のうえ、お申し込みください。




東生涯学習センター
TEL 932-4881 FAX 932-4882

▼1DAY講座(申込参加)
●アロマ香る春の音浴会
～聴く瞑想・感じる癒し～
日時 3/15(日)午前10:30～午後0:30
演奏者 7.83Hz(ヘルツ)
定員 25人
料金 1,000円
持ち物 飲み物・タオル・
動きやすい服装

●一瞬で字が生まれ変わる!
「瞬書」書道講座
日時 3/8(日)午後2:00～4:00
内容 美しく書くだけじゃない!
字に宿る性格や想いを読み解く
講師 一ノ瀬 芳翠さん
(一般社団法人日本文化国際交流
協会代表理事・書道家)
定員 20人
料金 1,000円
※お手本・筆跡診断料も
含まれます
持ち物 ペン

申込 「講座名」「郵便番号・住所」「氏名・ふりがな」「年齢」「電話番号」を記入のうえ、
電子申請、往復はがきまたは直接窓口(返信用はがき持参)へ
※1人1通まで有効。申し込み多数の場合、抽選。 **締切** いずれの講座も2/20(金)必着



東文化小劇場
TEL 719-0430 FAX 719-0440

●みんなで歌おう! 健康歌声&うたごえ Vol.48
日時 3/10(火)午前10:30～
出演 SACHIA.(ソプラノさちあ)・田原奈津代(ピアノ)
料金 全自由席1,000円 **申込** 電話または直接窓口へ