

※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

TEL723-0411 FAX723-0440

▼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エアロビクス	I 5/13・20・27,6/3・10(水)	午後7:00~8:00
	II 5/14・21・28,6/4(木)	午前9:30~10:30
②ヨガ	5/13・20・27,6/3・10(水)	午後8:10~9:00
③ソフトエアロ	5/14・21・28,6/4(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

東生涯学習センター

TEL932-4881 FAX932-4882

▼前期講座(申込参加)

①〈なごや環境大学共育講座〉
【徳川園共催】昆虫王国
～命きらめく都会のオアシス～
(全4回)

日時 7/20,8/3・10・17(月)
午前10:00~正午
※7/20のみ午前11:30まで
対象 小学生とその保護者
定員 10組 ※1組あたり小学生2人まで
料金 保護者900円・小学生450円
※現地学習の交通費など実費は自己負担

▼自主講座(申込参加)

②「癒しの音色」
はじめてのカリンバ (全5回)

日時 5/26,6/23,7/28,8/25,
9/29(火)
午前10:30~正午
定員 10人 料金 4,500円

③65歳からはじめる
「転ばないためのからだづくり」(全3回)

日時 5/27,6/10・24(水)
午前10:00~正午
対象 65歳以上の方
定員 20人 料金 1,500円

④「やってみよう!我が家の広報係」
～広報の基礎と実践を学ぶ入門講座～

日時 6/24(水)午前10:00~正午
定員 15人 料金 1,000円

申込「講座名」「郵便番号・住所」「参加者全員の氏名・ふりがな・年齢(学年)」「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。
(〒461-0004 葵一丁目3-21)
※1講座につき1人1通まで有効。
※申し込み多数の場合は、申し込み締め切り日の翌日以降に抽選。
締切 ①5/31(日) ②5/15(金)
③5/15(金) ④6/12(金) 必着

▼公開講座(申込不要・無料)

⑤〈なごや学〉なごやの自然に親しむ
～写真家の視点を通して～

日時 5/13(水)午前10:00~正午
定員 55人(当日先着順)
※本講座受講の方も先着順

⑥〈女性セミナー〉潤いをひとしづく。
～本屋を始めて見えた、私らしいバランス～

日時 5/19(火)午前10:00~正午
定員 55人(当日先着順)
※本講座受講の方も先着順

お知らせ
5/17(日)開催の講座「8大アレルギー不使用 みんなで食べられる晩ご飯」は、講師が変更になりました。詳しくは、電話または直接窓口へ。

高岳福祉会館

TEL931-8174 FAX935-1025

●健康相談(申込不要・無料)
日時 6/5(金)午後2:00~2:45

対象:市内在住の60歳以上の方
開館時間 午前8:45~午後5:00
申込受付時間 午前9:00~午後4:30
※館内利用・講座申込には利用証が必要
利用証の作成には身分証明書が必要

▼申込参加(先着順・無料)

●オープン(単発)講座 各講座とも事前申込が必要です。

講座名	日時	定員
①あさかぜ落語会	5/23(土)午後2:00~3:30	50人
②ポップスにのって運動しましょう	5/30(土)午後2:00~3:00	40人
③バランスボールエクササイズ ※a,bどちらか選択	①6/1(月)午前10:00~10:50 ②6/1(月)午前11:00~11:50	16人
④初めてのスマートフォン教室 iPhone(アイフォン)入門編	6/5(金)午後1:30~3:30	15人
⑤歌声おしゃべり広場	6/8(月)午前10:00~11:30	15人
⑥みんなで一緒に体操しましょう	6/18(木)午後1:00~2:00	40人
⑦ゲームで楽しむ「サタデーモルック」	6/20(土)午前9:30~11:00	20人
⑧ゲームで楽しむ「モルックα(アルファ)」	6/22(月)午後0:30~2:00	20人

申込 ①5/11(月)~ ②5/16(土)~ ③5/18(月)~ ④5/22(金)~
⑤5/25(月)~ ⑥6/4(木)~ ⑦6/6(土)~ ⑧6/8(月)~
午前9:00~直接窓口へ(午前10:00~電話も可)
※④は、教室用のスマートフォンを使用します。
※⑦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。

●認知症予防リーダー養成講座(申込参加・無料)
日時 7/8・15・22・29,8/5(水)午後2:00~4:00(7/29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 5/11(月)~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

TEL932-8236 FAX932-9311

▼申込参加(先着順・無料)

●認知症サポーター養成講座
日時 6/1(月)午後2:00~3:30
定員 15人
申込 5/25(月)までに電話で

●認知症家族サロン
日時 6/4(木)午後1:30~3:30
定員 15人程度
申込 6/2(火)までに電話で

●もの忘れ相談医の専門相談
日時 6/10(水)午後1:30~3:00
定員 3組程度
申込 6/2(火)までに電話で

●健康相談(申込不要・無料)
日時 ①5/19(火)午前10:30~11:30
②5/21(木)午前10:00~11:30
場所 ①サロンめいめい(出来町一丁目9-9)
②徳川公設市場(徳川町522)
内容 血圧測定、握力測定、健康づくりや介護予防に関する相談など

東図書館

TEL712-3901 FAX712-3902

▼自由参加(申込不要・無料)

●赤ちゃんからのおはなし会
日時 5/14(木)・22(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)

●おはなし会
日時 5/16・23,6/6(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

▼申込参加(先着順・無料)

●赤ちゃんと楽しむわらべうた
日時 5/28(木)午前10:30~11:00
対象 生後4~8カ月の乳児とその保護者
定員 7組
申込 5/14(木)午前9:30~電話または市図書館ウェブサイト

●マイクラの世界でSDGs探検隊
日時 6/6(土)
①午後2:30~②午後3:30~
③午後4:30~※各回50分程度
対象 小学生
定員 各回9人
申込 5/12(火)午前9:30~電話または直接窓口へ

自動車図書館

TEL821-3364 FAX821-3364

●建中寺公園(公園内南東)
日時 5/13(水)午後2:00~4:00

●徳川園(北大型バス駐車場)
日時 6/10(水)午後2:00~4:00

高岳児童館

TEL932-1718 FAX935-1025

▼申込参加(先着順)

①ぴよんぴよんクラブ(無料)
日時 5/21(木)
午前10:30~11:30
対象 よちよち歩きからの乳幼児とその保護者
定員 12組

②ベビーマッサージ&ヨガ(無料)
日時 5/28(木)
①午前10:00~10:45
②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 ①②各12組

③七宝焼き体験をしよう
日時 6/6(土)午後1:30~4:00
対象 小学生~高校生
定員 12人
料金 300円

申込 ①5/14(木) ②5/21(木) ③5/30(土)
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)

●ももちゃんひろば
日時 5/12・26,6/9(火)
午前10:00~正午
対象 乳幼児とその保護者

●こまこまふっちゃんとおぼろ!
日時 5/17(日)午後2:00~3:30
対象 幼児(保護者同伴)~高校生

●土曜おはなし会
日時 5/23(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)

●おはなしバスケット
日時 5/27(水)午前10:30~11:00
対象 乳幼児とその保護者

●おしゃべりベビモ
日時 6/2(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

●おでかけじどうかんin矢田公園
※雨天中止
日時 6/4(木)午後2:30~4:00
場所 矢田公園(矢田南四丁目)

●おもちゃ病院とんかち
日時 6/7(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。

東区社会福祉協議会

TEL932-8204 FAX932-9311

この事業は、区民の皆さまにご協力いただいた賛助会費および歳末たすけあい募金を財源として実施しています。

●寝具クリーニングサービスのご案内
寝具を干すことが困難な方を対象に、寝具を1日お預かりし、クリーニングを行います。

対象 区内に在住・在宅で、①~③のいずれかに該当する方
①ひとり暮らしまたは75歳以上の方のみの世帯で、介護保険制度の要介護・要支援の認定を受けている方
②ひとり暮らしで次の障害者手帳をお持ちの方
身体障害者手帳1・2級、愛護手帳1・2度、精神障害者保健福祉手帳1・2級
③介護保険制度の要介護・要支援の認定を受けている方、または上記②の障害者手帳をお持ちの方で、同居する家族が未成年または疾患などにより、寝具を干すことが困難な方

対象寝具 本人が日ごろ使用している敷布団・掛布団・毛布
1人3枚以内(ただし、敷布団・掛布団は1人2枚以内)
※こたつ布団・絹(シルク)、ムートン生地・マットレスなどは対象外

料金 1人1,000円 ※生活保護を受給している方は無料
申込 5/29(金)までに電話またはファクスで当協議会へ。ファクスは①寝具クリーニングサービス②氏名③住所④電話番号を明記。