

## スポーツセンター

地図①

☎705-4948 ☎705-4952 猪高町大字高針字勢子坊307-12

▼甲の記載がないものは、開催時間の20分前から受け付け(当日先着順)

### 全館休館のお知らせ

1/4(日)～31(土)は、中央監視装置更新工事などのため全館休館します。

### 初中級エアロビクスレスタイム

☑2/4(水)午後6:50～7:45

👤中学生以上の方、50人 料300円

### 水曜ナイトヨガ

☑2/4(水)午後7:55～8:50

👤中学生以上の方、50人 料300円

### 気軽に楽しく水中エアロ脂肪燃焼タイム!

☑2/6(金)午後7:00～8:00

👤中学生以上の方、20人 料660円

### ZUMBA®

☑2/9(月)午前9:10～10:00・午前10:15～11:05

👤中学生を除く15歳以上の方、各50人 料400円

### のびらく健康「棒びくす®」

☑2/9(月)午前10:30～11:45

👤中学生を除く15歳以上の方、30人 料400円

### 卓球広場

☑2/9(月)午後0:30～2:30

👤中学生を除く15歳以上の方、40人 料300円

### フラダンス

☑2/9(月)午後1:45～2:45

👤中学生を除く15歳以上の方、30人 料400円

### Let'sボディメイク

☑2/9(月)午後7:20～8:20

👤中学生以上の方、50人 料400円

### シェイプアップヨガレッスンⅣ(全6回)

☑2/12(木)～3/19(木)

①午前9:15～10:15②③午前10:30～11:30

👤中学生を除く15歳以上の方、①80人②70人③10人(③は託児付き。託児の対象は開講日時点で2歳以上の未就学児)

料①②1,980円③3,960円

甲1/20(火)までに電子申請サービス  
か往復はがきで(必着)。申し込み  
多数の場合は抽選。詳しくは右記  
ウェブサイトで



ウェブサイト

### 障がい者スポーツ体験教室「わくわく運動教室」

☑2/19(木)～3/19(木)午後4:45～5:45

👤小学生以上の知的障がい者・発達障がい者と  
保護者、先着10組程度 甲電話か窓口で

### ～アスリートふれあい事業～

### チャレンジ!車いすバスケットボール

☑2/23(月・祝)午前9:00～午後2:30

👤小学生以上の方、先着40人 料320円

甲1/11(日)～電話かファクスで

## 福祉会館

地図①

☎080-4291-8613 ☎704-8144 亀の井二丁目201(1階)

▼対象は市内在住の60歳以上の方

### いちにち名東シアター

☑1/14(水)午前10:15～・午後1:20～

👤当日先着各80人

### 医師による無料健康相談

☑1/15(木)午後1:30～2:30 👤先着4人

甲1/14(水)までに電話か窓口で

### サロン名東

☑1/20(火)・27(火)・2/3(火)・10(火)・17(火)  
午後1:15～2:45

👤先着各12人

甲開催日の1週間前(午前9:00)～電話か窓口で

### げつカラ(東館カラオケ)

☑1/26(月)・2/2(月)・9(月)・16(月)  
午前10:00～・午前11:00～・午後1:00～・  
午後2:00～・午後3:00～

👤先着各6人

甲開催日の1週間前(午前9:00)～電話か窓口で

### 認知症予防講座

～認知症予防は日々の生活にあり～

☑1/30(金)午後1:15～2:45 👤先着45人

甲1/13(火)～29(木)に電話か窓口または①氏名  
②電話番号③居住区を記入してファクスで

### 東邦マーチングバンド

☑1/31(土)午後1:15～2:45

👤当日先着80人

### 理学療法士による筋トレ&ストレッチ

☑2/19(木)①10:00～10:50②11:00～11:50

👤①女性②男性、先着各20人

甲1/19(月)午前9:00～窓口で

## なごホーム(児童館)

地図①

☎704-8314 ☎704-8314 亀の井二丁目201(2階)

▼電話申し込みは受け付け開始30分後から可

### 移動児童館

☑①1/14(水)午前10:00～11:30  
②2/3(火)午前10:00～11:00

甲①区社会福祉協議会②一社公園南側

👤乳幼児と保護者

### ママCafé(防災食)

☑1/30(金)午前10:30～11:30

👤3カ月～1歳未満の乳児と保護者、先着16組

甲1/16(金)午前10:00～電話か窓口で

### バレンタインチョコクッキング

☑1/31(土)午後2:00～4:00

👤小学～高校生、先着16人

甲1/17(土)午前10:00～電話か窓口で

### ☆自由参加クラブ☆

★メーちゃんひろば 1/22(木)

★お話の部屋(ハートの会) 1/22(木)

★屋内遊園 1/23(金)

★幼児の時間 2/4(水)

★ぴよんぴよこぴよん 2/7(土)

## 名東図書館

地図②

☎773-8200 ☎773-8239 文教台二丁目205

▼★は小学生未満の子どもに保護者同伴が必要

### ★おはなし会

☑1/15(木)・22(木)午後4:00～4:30

👤3歳以上の子ども、当日先着各30人

### ★小さい子向けおはなし会

☑1/21(水)・22(木)  
午前10:40～11:00・午前11:20～11:40

👤乳幼児、当日先着各15人

### ★英語でおはなし会

☑1/21(水)午後3:30～4:00

👤当日先着30人

### ★かみしばいのおはなし会

☑1/24(土)午前10:30～11:00

👤3歳以上の子ども、当日先着30人

### ★耳でたのしむおはなし会

☑1/24(土)午後2:00～2:30

👤5歳以上の方、当日先着30人

### BOOK PARTY(第26回)テーマ:「手紙」

☑1/27(火)午後2:00～3:30

👤先着10人

甲1/14(水)午前9:30～  
ウェブサイトか電話・窓口で



ウェブサイト

### ★助産師による心地よい抱っことおんぶの講座

☑1/29(木)午前10:30～11:00  
(終了後おしゃべりタイムあり)

👤8カ月頃までの乳児、先着8人

甲1/15(木)午前9:30～  
ウェブサイトか電話・窓口で



ウェブサイト

## 自動車図書館

地図ア～ス

☎821-3364 ☎821-3364

どなたでも無料で1人8冊まで借りられます

1月	時間	場所	地図
15(木)	午前10:00～11:00	市営梅森荘 管理事務所横駐車場	イ
16(金)★	午後2:30～4:00	深田池公園	ク
17(土)	午後3:00～4:00	前山南公園	サ
20(火)	午前10:00～11:00	西山中公園	キ
21(水)	午後2:30～4:00	藤見が丘公園	コ
23(金)	午後2:30～3:30	メイトウ・ワークス	ス
28(水)	午前10:00～11:00	観音寺	ウ
29(木)	午後2:30～4:00	豊が丘公園	ケ
2月	時間	場所	地図
3(火)	午前10:00～11:00	北川原公園	工
3(火)★	午前10:00～11:00	一社公園	ア
5(木)	午後2:30～4:00	深田池公園	ク
6(金)	午前10:00～11:00	牧の原第一公園	シ

★は予約本のお渡しはありません

## 福祉会館 令和8年度趣味講座の受講生募集

講座名	曜日	時間	人数
えがおでコーラス 月曜コース	第1・3月曜日	午後1:15～2:45	60人
民謡(川崎会)	第2・4月曜日	午前10:15～11:45	50人
華道(池坊)	第4月曜日	午後1:15～2:45	20人
えがおでコーラス 火曜コース	第1・3火曜日	午後1:15～2:45	60人
はじめてのフォークダンス	第2・4火曜日	午後1:15～2:45	60人
楽しい脳活体操	第1・3水曜日	午前10:15～11:45	50人
川柳	第2・4水曜日	午前10:15～11:45	20人
詩吟(雅芳流)	第2・4水曜日	午後1:15～2:45	20人
絵手紙	第1木曜日	午前10:15～11:45	34人
からだにやさしい健康体操	第1・3木曜日	午後1:15～2:45	50人
ステップ de 頭の体操(旧活き活き体操)	第1・3金曜日	午後1:15～2:45	50人
さわやかヨガ	第2金曜日	午前10:15～11:45	50人
シャキシャキ健康体操	第2・4金曜日	午後1:15～2:45	50人
げんき美クス(旧はつらつ健康体操)	第1・3土曜日	午後1:15～2:45	50人
中国式健康体操	第2・4土曜日	午後1:15～2:45	50人

👤市内在住の60歳以上の方 甲1/13(火)～2/14(土)にファクスか窓口で※申し込み多数の場合は抽選

【申込・問合】福祉会館 ☎080-4291-8613 ☎704-8144

## 各種無料相談のご案内

### 弁護士による法律相談 地図A

(予約制・1週間前から予約受付)  
1/23(金)・2/13(金)  
午後1:00～4:00



問合 名古屋ウェブサイト▶  
名古屋おしえてダイヤル ☎953-7584

### 行政書士による相談会 地図A

(予約優先)相続・遺言・許認可など  
1/26(月)  
午前9:00～正午

問合 愛知県行政書士会中央支部 ☎990-3392

### 内職相談(予約不要) 地図A

1/13(火)・27(火)  
午前10:00～正午  
午後1:00～3:00  
・区役所民生子ども課内相談室

問合 あいち労働総合支援フロア ☎562-5016

### 認知症高齢者に関する相談など

地図 北部F 南部G

・もの忘れ相談医による専門相談  
(北部)2/6(金)  
(南部)1/13(火)・2/10(火)  
・家族サロン(北部)1/21(水)  
(南部)1/14(水)

問合 北部いきいき支援センター ☎726-8777  
南部いきいき支援センター ☎720-6121