

令和8年度上半期

名古屋市高齢者はつらつ長寿推進事業

今こそ
フレイル
予防!

コスモス参加者募集

週1回、健康づくり体操・制作・音楽・レクリエーション等を行います。
介護予防・認知症予防・仲間づくりを進め、はつらつと暮らせるよう応援していきます。

目指せ
ポッチャの
達人!

レクリエーション



申込期間

令和8年2月12日(木)～
令和8年2月27日(金)

対象者

市内在住の65歳以上の方で
会場までおひとりで来られる方

*介護・看護職員は不在ですので、
個別対応・配慮は致しかねます。

体操する習慣が
身に付きます

健康づくり体操



会場

瑞穂区内8会場のうち
1ヶ所を選択してください(裏面参照)

*お申込みは、名古屋市内全会場を含め、
1人につき1会場のみとなります。

いろいろな
ことにも
チャレンジ!

季節飾り工作



募集定員

1会場 20名程度

*応募者多数の場合は、3月3日(火)抽選、新規の方が優先
*応募結果は、準備出来次第、ご自宅へ郵送

参加費

無料 (保険料実費負担あり 300円)

参加期間

令和8年4月～令和8年9月までの半年間

申込方法

名古屋市瑞穂区社会福祉協議会

担当:川瀬/古澤
〒467-0016 瑞穂区佐渡町3-18

郵送(当日消印有効)・電話・窓口にて

*電話窓口は土日祝除く

TEL: 841-4063



「ほっとくん」

- ◆本事業は名古屋市から瑞穂区社会福祉協議会が受託し実施しています。
- ◆諸般の事情により、内容を変更して実施、又は中止となる場合があります。

ご注意ください!

令和8年度の1年間、御剣コミセンが改修工事で使用できなくなるため、水曜午後は在宅サービスセンターでの開催となります。

✂キリトリ線

【令和8年度コスモス上半期申込書】

*お申込みいただきました個人情報は、本事業の目的のみに利用いたします。

| | | | | | |
|-------|-------|------|------|---|--------|
| ふりがな | | | | | |
| お名前 | 男性・女性 | 生年月日 | 昭和 | 年 | 月 日生 |
| ご住所 | 〒 | - | 区 | | |
| 希望会場名 | 会場 | TEL | (自宅) | - | (携帯) - |

参加申し込みにあたって当てはまる番号に○をつけてください。 *2を選んだ方は過去の参加していた時期もわかる範囲でご記入ください

1. 現在参加している 2. 過去に参加したことがある (年 前期・後期) 3. これまで参加したことはない

コスモス会場

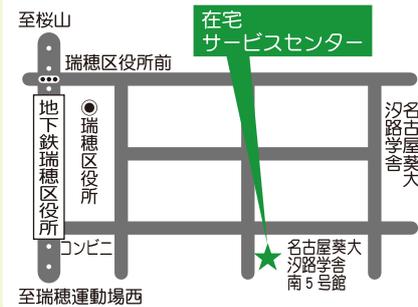


| 曜日 | 10:00~12:00 | 13:30~15:30 |
|-----|----------------|-----------------|
| 月曜日 | ① 陽明コミュニティセンター | ② 在宅サービスセンター |
| 火曜日 | ③ 弥富コミュニティセンター | ④ 井戸田コミュニティセンター |
| 水曜日 | ⑤ 仁所公民館 | ⑥ 在宅サービスセンター |
| 木曜日 | ⑦ 穂波コミュニティセンター | ⑧ 堀田コミュニティセンター |

① 陽明コミュニティセンター
瑞穂区松栄町2-46 2階(階段あり)
〈市バス〉「松栄町」〈市大薬学部〉徒歩7分



② 在宅サービスセンター
瑞穂区佐渡町3-18
〈市バス・地下鉄〉「瑞穂区役所」徒歩5分



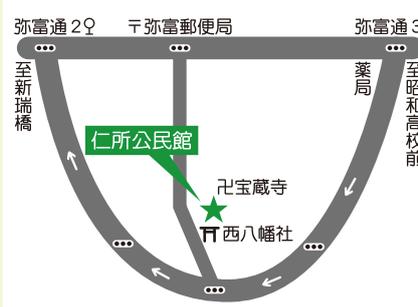
③ 弥富コミュニティセンター
瑞穂区師長町82-2
〈地下鉄〉「瑞穂運動場東」徒歩5分



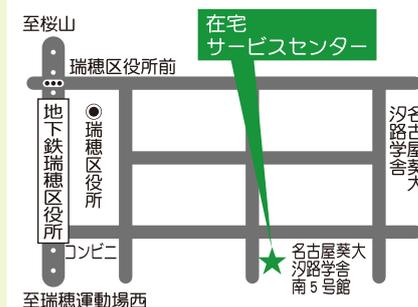
④ 井戸田コミュニティセンター
瑞穂区井戸田町3-25-1
〈地下鉄〉「妙音通」徒歩6分



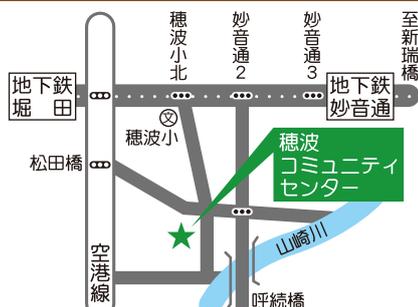
⑤ 仁所公民館
瑞穂区軍水町3-1
〈市バス〉「弥富通二丁目」徒歩6分



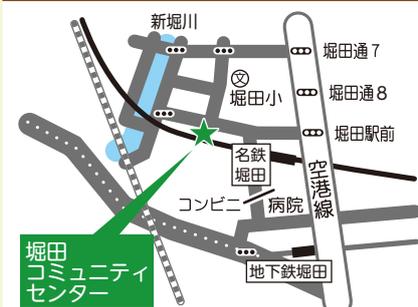
⑥ 在宅サービスセンター
瑞穂区佐渡町3-18
〈市バス・地下鉄〉「瑞穂区役所」徒歩5分



⑦ 穂波コミュニティセンター
瑞穂区神穂町5-18
〈地下鉄〉「堀田」徒歩12分



⑧ 堀田コミュニティセンター
瑞穂区新開町26-26
〈名鉄〉「堀田」徒歩3分 〈地下鉄〉「堀田」徒歩9分



令和8年度1年間に限り、従来水曜午後は御剣コミセンで実施していましたが、在宅サービスセンターに変更となります。

◎会場へは徒歩、自転車、公共交通機関でお越しください。

申し込み・問い合わせ

社会福祉法人 名古屋市瑞穂区社会福祉協議会

〒467-0016 名古屋市瑞穂区佐渡町3丁目18番地
最寄駅：地下鉄 桜通線瑞穂区役所駅下車徒歩5分(区役所東方面)

電話：841-4063

webサイト www.mizuho-shakyo.jp メールアドレス mail@mizuho-shakyo.jp

●休業日/土・日・祝日・年末年始

