

さあ、出かけよう!

地域デビューガイドマップ

ボランティアセンター

☎932-8204 高岳げんき館1階

困ったときはお互い様!ちょっとしたお手伝いが喜ばれます!お互い様の気持ちでボランティアを始めてみませんか?ボランティアセンターは、ボランティア活動を必要としている方と、ボランティア活動したい方の相談を受け、マッチングのお手伝いをします。お気軽にお問い合わせください。



ちょっとしたお手伝いもボランティアです!ご相談、質問、なんでもどうぞ!お待ちしております。

福祉会館

☎931-8174 高岳げんき館2階

名古屋市にお住まいの60歳以上の方が、いきいきとしたシニアライフを楽しむための施設です。

こんなことができます

卓球室や囲碁将棋室・浴室などを利用できるほか、各種講座や教室(教養や体操など)を開催しています。同好会の団体利用もできます。



講座に参加したり、茶飲み友達と世間話をしたり...みんなさん思いおもいに楽しんでいます。

4 カルポート東

大幸南一丁目1番10号
地下鉄名城線「ナゴヤドーム前矢田」下車
徒歩1分

東図書館

☎712-3901 カルポート東2階・3階

健康関係など高齢の方に関心の高い資料もたくさん用意し、暮らしに役立ち、利用してよかったと思える図書館を目指して皆様をお待ちしております。ぜひお立ち寄りください。図書館を人生のお供に加えてみてください。



セカンドライフの趣味を見つけに、是非図書館にいらして下さい。

東スポーツセンター

☎723-0411 カルポート東1階

地下鉄名城線「ナゴヤドーム前矢田」1番出口から徒歩1分と交通アクセスは抜群です。トレーニング室・温水プール利用者の約4割は65歳以上の方で、気軽に健康づくり・仲間づくりが始められますよ。



お試し「回数券」
有効期限のない「回数券」
割安な「定期券」
気軽に選んでスタートです!



3 東区役所

筒井一丁目7番74号

市バス「東区役所」下車徒歩1分、「山口町」下車徒歩5分
地下鉄桜通線「車道」下車、1番出口より徒歩10分

地域力推進室

☎934-1121 東区役所3階

仕事や子育てなどが一段落した皆様、次はご自身の住む地域を育ててみませんか?各地域では町内会・自治会の皆様がコツコツとそれぞれの地域を育てています。その活動は「防災」「防犯」「交通安全」「ふれあい活動」など幅広く、皆様のアイデアやお力を必要としています。皆様のご参加をお待ちしています!



なごやかクラブ東 東区老人クラブ連合会

☎934-1194 東区役所2階 福祉課内

なごやかクラブでは、囲碁・将棋・麻雀などのゲームやグラウンドゴルフなどの気軽なスポーツや日帰り旅行などを楽しんでいます。また子供たちの見守り活動や交通安全活動、清掃活動などの様々なボランティアを行っており、地域の活性化に一役買っています。

老人クラブの参加に早すぎる
ということはありません。
ぜひご参加を!



シルバー人材センター北部支部

☎938-3628 北区萩野通一丁目34番地

生涯現役!あなたの能力を活かしてみませんか。シルバー人材センターでは、働く意欲のある方が会員となり、センターから仕事の紹介を受けて就業します。

<主な仕事>

一般的な仕事として、事務補助や駐車場・施設管理、清掃など
専門的な仕事として、植木手入れ、除草(機械刈)、筆耕、障子張りなど(研修もあります)

互助会もあり、新しい仲間にも出会えます



東区で200人以上が登録されて、いきいきと力を発揮されていますよ。

ご利用ください!

敬老手帳

以下の施設は敬老手帳を提示することで割引を受けることができます

65歳以上の方の入場料
(割引後の金額)

- ◆ A 徳川園 100円
- ◆ B 東スポーツセンター 100円
- ◆ C 文化のみち二葉館 100円
- ◆ D 文化のみち榎木館 100円
- ◆ E 文化のみち堀美術館 500円
- ◆ F 徳川美術館・蓬左文庫 1,200円
- ◆ 名古屋城 100円
- ◆ 名古屋市科学館 200円
(展示室とプラネタリウム)

高齢者に関する制度のご案内は市公式ウェブサイトをご覧ください。

名古屋市 敬老手帳 検索

名古屋おしえてダイヤル
☎052-953-7584



1 高岳げんき館

泉二丁目28番5号
地下鉄桜通線「高岳」下車すぐ

割引あり



2 東生涯学習センター

2 東生涯学習センター

☎932-4881 葵一丁目3番21号

生涯学習の拠点として、また集いの広場として、市民の皆さんが利用できる施設です。趣味や学習を共にする仲間や自主学習グループを作り、様々な活動が行われています。また、名古屋市主催講座や当館主催の教室も数多く開催していますので、ぜひご参加ください。



地下鉄東山線「新栄町」下車
1番出口より北へ徒歩5分
地下鉄桜通線「高岳」下車
3番出口より徒歩8分



講座や教室に参加してみたい、興味のある自主学習グループの仲間に加わって活動してみませんか?

