

いきいき支援センター

北部 ☎ 486-2133 ☎ 486-2140
北部分室 ☎ 412-3030 ☎ 412-3110
南部 ☎ 483-6866 ☎ 483-6867

認知症の人を介護する家族支援事業
(要事前予約)

◆家族サロン

日時 【北部】9月17日(水)午後1:30～3:30
【南部】9月19日(金)午前10:00～11:30
午後2:00～3:30

☆時間が変更になる場合あり

対象 認知症高齢者を介護している家族・認知症
介護経験者

◆認知症サポーター養成講座

日時 【北部】9月25日(木)午前10:00～11:30

対象 認知症に関心のある方

◆医師(もの忘れ相談医)による専門相談

日時 【北部】9月25日(木)午後2:00～3:30
【南部】9月18日(木)午後2:00～3:30

対象 区内在住の認知症高齢者を介護している
家族、3組

スポーツセンター

〒 453-0053 中村町字待屋43-1
☎ 413-8021 ☎ 413-8023

スポーツ広場(ボッチャ体験)

日時 9月12日、19日、26日、10月3日、10日
いずれも金曜日 午後2:10～2:50
対象 中学生以上(ユニバーサルスポーツ)、30人
申込 当日窓口にて受け付け

やさしいエアロ

日時 9月16日、30日、10月7日いずれも火曜日
午後6:20～7:20
定員 35人(当日開始30分前から先着順)
費用 300円

レッスнтайм

レッスнтайм	日程	曜日	時 間	定員	費用
エアロビクス スタンダードの部	9/17 9/24	水	午前9:30 ～10:30	35人	300円
エアロビクス ストレッチの部	10/1 10/8		午前10:45 ～11:45	40人	
みんなで DanceMix	9/22	月	午後6:30 ～7:30	30人	
ボディ メンテナンス			午後7:45 ～8:45	30人	

対象 中学生以上の方 申込 開始30分前から先着順
☆状況により開始30分前より早く申し込みを終了する場
合あり。都合が良い時だけ参加可。傷害補償制度あり

ブラッシュアップ講座!(文化教室)

英会話に楽しく挑戦

日時 10月27日(月)午前10:00～正午
定員 20人
費用 500円 持物 筆記用具
申込 10月1日(水)より窓口・電話・FAXで先着順

PICK
UP!

令和7年度 中村生涯学習センター後期主催講座

講 座 名	期 間	曜日	回数	対 象	費 用	締切日
イメージからつながる人権問題 ※1	10/22 ～12/3	水	6	一般、30人	無料	9/25(木) 必着
年末年始も心地よく暮らすために ～学んでみよう衣食住のひと工夫～ ※2	11/17 ～12/15	月	4	一般、24人	1,200円	10/9(木) 必着
【親学関連講座】 寒さに負けない! 幼児期の冬の過ごし方【託児付】※3	11/14 ～12/12	金	5	子育てに関心のある 方24人(託児枠8人)	1,700円 (託児希望者 は2,200円)	
【なごや学マイスター講座】 知りたい! 伝えたい! わがまち、中村区の魅力 ※4	1/20 ～3/3	火	6	一般(受講後に、マイス ターとして活動したい 方)、24人	無料	12/25(木) 必着
卓球バレーにチャレンジ ～ユニバーサルスポーツと一緒に楽しもう!～ ※5	1/31 ～2/28	土	5	一般、24人 (障害者優先枠8人)	無料	
【愛知大学共催】 愛知大学オープンカレッジ「フランス映画の魅力」※6	2/19 ～3/12	木	4	一般、50人	1,200円	1/8(木) 必着
【同朋大学共催】 なごや・なかむら学～秀吉・秀長を知る～ ※7	2/6 ～2/27	金	4	一般、50人	1,200円	

※1 第1回は公開講座※2 第1・2回は料理室※3 第1回は公開講座、託児対象は、講座初日(11/14)に満1歳以上の未就学児。
別途おやつ代で500円(100円×5回)必要。託児説明会(11/7 10:00から)に親子で参加※4 第3・4・5・6回は現地学習(交通費などは別途自己負担)
※5 第5回は区役所(交通費などは別途自己負担)※6 会場は愛知大学名古屋キャンパス(交通費などは別途自己負担)※7 会場は同朋大学(交通費などは別途自己負担)

図書館

〒 453-0053 中村町字茶ノ木25 ☎ 411-3651 ☎ 411-3645

おはなし会 絵本や紙芝居の読み聞かせ

内 容	日程	曜日	時 間
①赤ちゃんからの おはなし会	9/11 9/18 9/25 10/2 10/9	木	午前11:00～11:20 午前11:25～11:45 ☆同じ内容を 1日2回実施
②幼児・小学校 低学年向け	9/13 9/27	土	午後2:00～2:20
	9/18 10/2	木	午後4:00～4:20

中村図書館でお仕事体験
子ども司書大募集!

日時 10月12日(日)、13日(月・祝)、19日(日)
①午前10:00から②午前11:00から
③午後2:00から④(19日のみ)午後3:00から
対象 小学生～中学生、各回2人
申込 9月13日(土)午前9:30から窓口または
電話で先着順

ストーリーテリングで“おはなし”を

日時 9月20日(土)午後2:00～2:30
対象 5歳以上の方(当日先着順)

出張図書室 in 中村児童館

日時 9月24日(水)午前10:30～11:30

生涯学習センター

〒 453-0044 鳥居通3-1-3
☎ 471-8121 ☎ 471-8122

おもちゃ図書館

日時 9月13日(土)午前10:00～午後2:00
対象 乳幼児～小学生とその保護者

行政書士による無料相談会

日時 9月16日(火)午後1:00～4:00
問合 愛知県行政書士会 名古屋支部
相談受付ダイヤル TEL 990-2580

子育て・ほっと・ひろば

日時 9月17日(水)午前10:00～正午
対象 乳幼児とその保護者

初心者・初級者のためのパソコン相談会

日時 9月17日(水)午後1:30～2:20
午後2:30～3:20
対象 パソコン初心者・初級者、各回6人
☆ノートパソコン持ち込み可
申込 各回とも当日午後1:15までに窓口で
受け付け。定員超過の場合は応相談

【なごやか市民教室】タップ体操で元気
元気!(4回連続)

日時 10月4日、11日、18日、25日いずれも土曜日
午前9:30～11:00
対象 一般、15人
費用 (4回分)受講料 2,000円 教材費 200円
申込 9月18日(木)必着

図書館で短歌に親しむ2025
～中日歌壇選者の歌集をよむ～

日時 10月26日(日)午前10:00～11:30
対象 中学生以上の方、15人
講師 中部日本歌人会顧問 鈴木 竹志さん
申込 9月26日(金)午前9:30から窓口または
電話で先着順

子どもと本の講座
絵本でつながる親子の時間
すてきな絵本の世界であそぼう!

①絵本の読み聞かせと絵本の選び方と発達につ
てのお話
②お絵かきを楽しむワークショップ
日時 11月3日(月・祝) ①午前10:00～10:30
②午前11:00～11:45

対象 ①乳児とその保護者②幼児～小学生の子
どもとその保護者、各回10組
講師 絵本作家 なるかわしんごさん
申込 10月4日(土)午前9:30から窓口または
電話で先着順

紙皿でハロウィンの仮面をつくろう!

日時 10月5日(日)午後1:00～4:00
対象 幼児～小学生(当日先着順・入替制)

理学療法士に学ぶフレイルってなに?

日時 11月9日(日)午前10:00～11:15
午後1:00～2:15
対象 一般、各回15人(2回とも同じ内容)
申込 10月9日(木)午前9:30から窓口または
電話で先着順

中村公園事務所

〒 453-0053 中村町字高畑68
☎ 413-5525 ☎ 485-7163

秋彩ヨガ

日時 9月23日(火・祝) 午前10:00～11:30
対象 一般、15人
費用 500円
持物 ヨガマット、タオル、飲み物
申込 窓口または電話で先着順

和菓子作り体験

日時 10月3日(金) 午後5:30～6:30
対象 一般、15人
費用 1,000円
持物 エプロン、タオル、布巾
申込 窓口または電話で先着順

自動車図書館

☎ 821-3364 ☎ 821-3364

場 所	日 程	時 間
米野公園	9/30(火)	午前10:00～11:00

受講
資格

市内在住・在勤・在学の方で、
講座ごとに定める対象者

申込

往復はがきまたは電子申請で
申し込み(市版⑨面参照)。
氏名のふりがなも記入。
定員超過の場合は抽選
☆1講座につき、1人1通のみ有効
☆託児付き講座で託児を希望する
方は、子どもの氏名(ふりがな)・
生年月日を記入
☆市外に在住の方は、勤務先または
通学先の所在地の区名を記入

問合

中村生涯学習センター
TEL 471-8121 FAX 471-8122
☆郵送の宛先は
「〒453-0044 鳥居通3-1-3
中村生涯学習センター」

詳しくは「講座のご案内」をご覧ください