

※各施設の住所は、13面を参照してください。

東スポーツセンター

TEL723-0411 FAX723-0440

▼一回参加型スポーツ教室

申込 ①②当日開始30分前から先着順
③当日午後7:00から整理券配布
④当日午前9:00から整理券配布

①エアロビクス	I	12/20、1/10(水)	午後7:00～8:00	350円	40人	対象は中学生以上
	II	12/21、1/11(木)	午前9:30～10:30	350円	40人	
②水中エアロ		1/10(水)	午前11:00～正午	650円	30人	
③ヨガ		12/20、1/10(水)	午後8:10～9:00	350円	40人	
④ソフトエアロ		12/21、1/11(木)	午前10:45～11:45	350円	40人	

東文化小劇場 市民ギャラリー矢田

TEL719-0430 FAX719-0440

▼東文化小劇場の催し

●劇団俳優が読む朗読鑑賞会 「ききものがたり」act.11
日時 12/14(木)午後2:00～
料金 無料
※入場整理券の予約が必要
出演 劇団わに社

▼市民ギャラリー矢田の催し

●自由につくって遊べるフリースペース♪めりえ・おりがみひろば「nuri×ori」
日時 12/19(火)～24(日)
午前10:00～午後6:00
※日曜日は午後5:00まで
料金 無料

▼ワンコイン名画鑑賞会ひがシネマ「ローマの休日」
日時 1/5(金)①午前10:30～②午後2:00～③午後6:30～
料金 500円(時間指定・自由席)
※障害者手帳などを
お持ちの方は450円

高岳福祉会館

TEL931-8174 FAX935-1025

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

●健康相談(申込不要・無料) 日時 1/5(金)午後2:00～2:45

▼申込参加(先着順・無料) 各講座とも事前申込が必要です

●オープン講座 定員 ①20人 ②40人 ③20人 ④30人 ⑤12人 ⑥⑦30人

①思い出語り隊☆ 昭和を回想～懐かしむ年の瀬編～	12/23(土)午前10:00～11:10
②コーラス	12/26(火)午後2:30～4:00
③思い出語り隊☆ 昭和を回想～古き良き日の正月編～	1/5(金)午後1:00～2:10
④ステップ・アップ・ダンス	1/12(金)午後2:30～3:30
⑤クラブハウス「サロンたかおか」	1/15(月)午前10:00～11:30
⑥足指ストレッチ&トレーニング	1/18(木)午後1:00～2:00
⑦KOHARU亭けいじろうの「落語じゃなくて楽語の会～初笑い～」	1/20(土)午後1:30～3:30

※⑦では、ライブ配信を予定しております。詳しくはお問い合わせください。

●60歳からの福祉会館講座 定員 ⑧20人

⑧介護保険を知らなく1 「自宅で特養と同様なサービス！」 1/13(土)午後1:00～2:10

申込 ①12/9(土)～②12/12(火)～③12/14(木)～④12/22(金)～⑤12/25(月)～⑥1/4(木)～⑦1/6(土)～⑧12/23(土)～
直接、福祉会館へ(午前10:00～電話も可)

●初心者のための囲碁講座 基礎編 ※全6回

日時 1～3月の第2・4火曜日 午後0:30～2:00
※1月のみ23日・30日開催

対象 囲碁初心者の方で令和5年度同講座を受講していない方 定員 20人
申込 1/9(火)～直接、福祉会館へ(午前10:00～電話も可)

●新講座・体操講座体験会 定員 ①30人 ②40人 ③30人 ④25人 ⑤40人 ⑥20人 ⑦35人 ⑧30人

① 奏筆(絵と文字) ※材料費350円	1/6(土)午後1:00～2:30
② 60歳からの健康体操	1/9(火)午前10:00～11:00
③ バリバリアクティブ体操	1/10(水)午後1:00～2:00
④ エアロビクス	1/17(水)午前10:00～11:00
⑤ フレイル予防体操	1/24(水)午前10:00～11:00
⑥ ピラティス	1/27(土)午後1:00～2:00
⑦ 関節をほぐすろっ骨体操「かきら」	1/29(月)午前10:00～11:00
⑧ コーラス	1/30(火)午後1:00～2:00

申込 各講座とも12/15(金)～直接、福祉会館へ(電話での申込不可)
※1人1講座のみ。詳しくはお問い合わせください。

東区社会福祉協議会

TEL932-8204 FAX932-9311

つながり ささえあう みんなの地域づくり

▼歳末たすけあい募金運動 ●12/1(金)～12/31(日)

名古屋ダイヤモンドドルフィンズとのコラボも実施中！
皆さまのあたたかいご協力をお待ちしております。

東図書館

TEL712-3901 FAX712-3902

▼申込参加(先着順・無料)

●英語のおはなし会
日時 12/21(木)午前11:00～11:30
対象 未就園児とその保護者
定員 12組
申込 12/20(水)午前10:30～電話で

●親子エコ工作教室
日時 12/26(火)午前10:30～11:30
対象 小学生とその保護者
定員 8組
申込 12/12(火)午前10:30～電話で

▼自由参加(申込不要・無料)

●赤ちゃんからおはなし会
日時 12/14(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 12/16・23、1/6(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

高岳児童館

TEL932-1718 FAX935-1025

▼申込参加(先着順・無料)

●おでかけじどうかん in旭丘コミセン
日時 12/13(水)午前10:00～11:30
対象 0～2歳、未就園児とその保護者 定員 8組
申込 下記へお問い合わせください。
問合 東区役所 民生子ども課 ☎934-1197

●おでかけじどうかん in矢田コミセン
日時 12/21(木)午前10:00～11:30
対象 未就園児とその保護者 定員 8組
申込 「矢田子育てサロン」で検索しウェブサイトから。

●ぴよんぴよんクラブ
クリスマス会をします！
日時 12/21(木)午前10:30～11:30
対象 よちよち歩きできる乳幼児とその保護者 定員 12組
申込 12/14(木)午前10:00～直接、児童館へ(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 12/12(火)午前10:00～正午、午後1:00～午後4:00
対象 乳幼児とその保護者
定員 20組程度

●土曜おはなし会
日時 12/23(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)

●お正月あそび(福祉会館共催)
昔ながらのおもちゃで遊ぼう！
日時 1/6(土)午後3:00～4:00
対象 幼児(保護者同伴)～高校生

●おもちゃ病院とんかち(申込不要)
日時 1/7(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。

東生涯学習センター

TEL932-4881 FAX932-4882

▼自主講座(申込参加)

①【学習支援】冬休み、子ども寺子屋 宿題応援！書き初め講座
日時 12/27(水) 午前10:00～正午
定員 小・中学生10人 料金 無料
※終了後、午後3:00まで宿題や読書、工作などにお部屋をご利用いただけます。詳しくはお問い合わせください。

②【なごやか市民教室】手軽なチェアヨガで心とからだを整えよう(全5回)
日時 1/29、2/5・19、3/4・11の月曜日 午前10:30～正午
定員 一般の方15人
料金 2,500円

③おうちでかんたんお菓子作り
日時 2/9(金)午後1:30～4:30
定員 一般の方30人
料金 3,000円(材料費含む)

申込 本紙7面を参照し、「講座名」「郵便番号・住所・電話番号」「氏名・ふりがな・年齢」を記入のうえ、電子申請または往復はがきで生涯学習センターへ。
※1人1通まで有効
※申し込み多数の場合、抽選
締切 ①12/15(金) ②12/22(金) ③1/10(水) 必着

東区 いきいき支援センター

TEL932-8236 FAX932-9311

●もの忘れ相談医の専門相談 (申込参加・無料)
日時 ①12/13(水) ②1/10(水) 午前10:00～11:30
定員 各3組程度 申込 ①12/11(月)まで ②1/9(火)正午までに電話で

●認知症家族サロン(申込参加・無料)
日時 12/21(木)午後1:30～3:30 定員 15人程度
申込 12/19(火)までに電話で

「ふれあい入浴の日」は銭湯に行ってみませんか？
本市では、高齢者の方に入浴と集いの場を提供し、相互の親睦と心身の健康増進を図るため、ふれあい入浴の日を設けています。
日程 毎月5・15日 ※公衆浴場が休業日の場合は翌営業日
対象 市内在住の65歳以上の方
利用 敬老優待カード(敬老手帳)の提示で公衆浴場に200円で入浴できます。
問合 愛知県公衆浴場業生活衛生同業組合 ☎322-5735
健康福祉局高齢福祉課 ☎972-2544

施設名	所在地
弘法湯	豊前町3-38
平田温泉	相生町38
桔梗湯	百人町94-1
大幸温泉	大幸三丁目15-6