

※各施設の住所は、⑦面を参照してください。また、掲載の事業は変更になる場合がございます。詳細は施設へお問い合わせください。

### 東スポーツセンター

TEL 723-0411 FAX 723-0440

①エアロビクス	I	7/16・23(水)	午後7:00~8:00
	II	7/17・24(木)	午前9:30~10:30
②ヨガ		7/16・23(水)	午後8:10~9:00
③ソフトエアロ		7/17・24(木)	午前10:45~11:45

申込 ①当日開始30分前から先着順 ②当日午後7:00から整理券配布  
③当日午前9:00から整理券配布

### ▼第2期スポーツ教室

「一般」…中学生を除く15歳以上の方

- お子さん向け水泳教室(料金 各7,000円)
- 親子deハッピー水遊びⅡ(全10回)
- キッズ水遊びⅡ(全10回)
- キッズ水遊びⅡA(全10回)
- キッズ水遊びⅡB(全10回)
- キッズ水遊びⅡC(全10回)
- ジュニア水泳ⅡA(全10回)
- ジュニア水泳ⅡB(全10回)
- ジュニア水泳ⅡC(全10回)
- ジュニア水泳ⅡD(全10回)
- 一般向け水泳教室(料金 各6,300円)
- 成人水泳Ⅱ(全10回)
- レベルアップスイミングⅡ(全10回)

- お子さん向け体操教室
- キッズ体操Ⅱ(全10回)
- わんぱくジュニア体操Ⅱ(全10回)
- 親子リズム体操Ⅱ(全5回)
- ベビーマッサージ&産後ボディメイク(全5回)
- リフレッシュヨガ(全10回)
- バウンドテニス(全10回)
- バドミントン(全10回)
- 一般(高齢者)向け教室
- 腸活エクササイズ(全10回)

※申し込み多数の場合は抽選。  
結果は、8/8(金)午後1:00以降にウェブサイトをご確認いただくか、お問い合わせください。電子申請をご利用の場合は、「本登録」のメールアドレスに当選もしくは落選の結果通知が届きます。

### 東文化小劇場 市民ギャラリー矢田

TEL 719-0430 FAX 719-0440

#### ▼東文化小劇場の催し

- あかちゃんと楽しむコンサート「ばぶじゃずリトミック」  
日時 7/17(木) ①午前10:30~ ②午後1:30~  
内容 おしゃれなジャズでリトミックを体験してみよう!  
※おむつ替えスペース・授乳室完備  
料金 シングル 300円・ペア 500円
- ハートの日 in NAGOYA  
日時 8/10(日)午後1:30~  
内容 健康や医療について手軽に楽しみながら考えられる各種イベントや講演会、展示・体験スペースをご用意しています。  
料金 無料(要整理券)※整理券は劇場窓口にて事前~当日配布(先着順)
- ▼市民ギャラリー矢田の催し
- ガラス陶芸新進作家作品展 2025  
日時 8/6(水)~8/11(月・祝)午前11:00~午後7:00  
(最終日は午後5:00まで)  
内容 瀬戸の町で腕を磨いた若手作家の作品を展示・販売  
料金 入場無料
- 触って崩して組み立てる参加型アート空間「未来の都市をつくらう！」  
日時 8/9(土)~8/11(月・祝)午前10:00~午後5:00  
内容 積み木遊びのように自由を作って崩して遊ぶことができる空間  
料金 無料 ※入退場自由

### 自動車図書館

TEL 821-3364 FAX 821-3364

酷暑による健康被害を防ぐために、夏季の定期巡回を休止します。  
休止期間:7/11(金)~8/23(土)

### 東図書館

TEL 712-3901 FAX 712-3902

#### ▼自由参加(申込不要・無料)

- 目で聴くおはなし会  
日時 7/12(土)午後2:30~3:00  
対象 5歳~大人  
定員 15人(当日先着順) ※付き添い含む
- おはなし会  
日時 7/19、8/2(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

#### ●赤ちゃんからのおはなし会

日時 7/25(金)午前11:00~11:30  
対象 乳幼児とその保護者  
定員 12組(当日先着順)

#### ●こわいおはなし会

日時 8/9(土)午後2:30~3:15  
対象 5歳~大人  
※小学校低学年以下は保護者同伴

#### ▼申込参加(先着順・無料)

- 親子エコ工作教室  
日時 7/24(木)午前10:00~11:30  
対象 小学生とその保護者  
定員 8組 ※小学生のみの参加不可  
申込 7/11(金)午前9:30~電話か市図書館ウェブサイトにて

### 東区 いきいき支援センター

TEL 932-8236 FAX 932-9311

- 健康相談(申込不要・無料)  
日時 ①7/15(火)②7/17(木) 午前10:00~11:30  
場所 ①イオンモールナゴヤドーム前 2階はなまるうどん前ブリッジ  
②徳川園公設市場(徳川町522)

#### ▼申込参加(先着順・無料)

- もの忘れ相談医の専門相談  
日時 7/31(木)午後1:30~3:00  
定員 各3組程度  
申込 7/29(火)までに電話で
- 認知症家族サロン  
日時 8/7(木)午後1:30~3:30  
定員 15人程度  
申込 8/5(火)までに電話で

### 高岳福祉会館

TEL 931-8174 FAX 935-1025

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  
※館内利用には利用証が必要  
利用証の作成には身分証明書が必要

- 健康相談(申込不要・無料)  
日時 8/1(金)午後2:00~2:45

#### ▼申込参加(先着順・無料)

- オープン講座 **各講座とも事前申込が必要です**

① 60歳からの福祉会館講座 館長とLet's Sing	7/26(土)午後2:30~4:00	20人
② 健康長寿のための食事とお口の話	7/29(火)午前10:00~11:00	40人
③ 初めてのスマートフォン教室 Android(アンドロイド)教室 入門編	7/31(木)午後1:00~2:00	10人
④ ゲームで楽しむ「モルックα(アルファ)」	8/1(金)午前9:30~11:00	20人
⑤ 高岳おもいで広場 脳トレ 昭和100年クイズなど	8/8(金)午前10:00~11:30	15人
⑥ ゲームで楽しむ「サタデーモルック」	8/9(土)午後2:30~4:00	20人
⑦ みんなで一緒に体操しましょう	8/21(木)午後1:00~2:00	40人

申込 ①7/12(土)~②7/15(火)~③7/17(木)~④7/18(金)~⑤7/25(金)~⑥7/26(土)~⑦8/7(木)~  
直接窓口へ(午前10:00から電話可)  
※①のみスタンプカード対象。3回受講で粗品あり。  
※③は、ご自分のスマートフォンで行います。貸し出しはありません。  
※④と⑥は、同じ月のモルックのため、どちらか1つしか申し込みできません。

#### ●令和7年度後期(10月開始)趣味の講座受講生募集(申込参加) ※一人一講座のみ

関節をほぐすろっ骨体操「かきら」	第1・3月曜日	午後1:00~2:10	35人
「美」文字	第3月曜日	午前9:30~11:30	22人
エアロビクス ★★★	第4月曜日	午前10:00~11:30	25人
元気に動ける体づくり ★★	第1・3火曜日	午前10:00~11:30	40人
やさしいヨガ	第2・4火曜日	午前9:30~11:30	20人
奏筆(かなふで)	第3火曜日	午後1:00~2:20	30人
フレイル予防体操 ★★	第2水曜日	午前10:00~11:30	40人
バリバリアクティブ体操 ★★★	第2・4水曜日	午後1:00~2:10	30人
男性体づくり<上級> ★★★★★	第1・3木曜日	午前10:00~11:30	25人
おりがみ工作	第1木曜日	午後0:30~2:00	22人
入門太極拳	第2・4木曜日	午前10:00~11:30	40人
コーラス	第1・3金曜日	午後1:00~2:20	40人
ステップ・アップ・ダンス ★★★	第1金曜日	午後2:40~4:10	30人
懐メロ体操A ★★	第2金曜日	午前10:00~11:30	40人
アレンジフォークダンス ★★	第3金曜日	午前10:00~11:30	40人
懐メロ体操B ★★	第4金曜日	午前10:00~11:30	40人
ピラティス ★★	第1・3土曜日	午後2:40~4:10	25人

※体操講座の運動は、★が多いほど運動がハードです。  
料金 受講料無料(一部、教材費・材料費の必要な講座があります。)  
申込 7/11(金)~31(木)に直接窓口へ(電話での申し込み不可)。  
申し込み多数の場合は抽選。