



スポーツ

大会名	日程	場所	費用	申込期限
西区民レクリエーション インディアカ大会	11/16(日)	山田地区会館 体育室	1チーム 500円	10/17(金)
秋季西区女性レクリエーション バレーボール大会	11/18(火) 11/26(水)	枇杷島 スポーツセンター	1チーム 3,500円	10/21(火) 午後1:30まで
西区柔道大会	11/22(土)		600円	10/24(金)
申込：それぞれの申込期限までに、申込書・費用を添えて窓口へ。 要項・申込書は窓口および市公式ウェブサイト配布 問合せ：区役所地域力推進課 ☎523-4526 FAX522-5069				詳細はこちら▶ 



枇杷島スポーツセンター 〒451-0053 枇杷島一丁目1-2 ☎532-4121 FAX522-8520
▼**レッスнтаイム** (いずれも当日開始 20 分前から先着順)

教室名		日程	時間	定員
①	エアロビクスレッスнтаイム	10/21(火)	午前9:30～10:30	60人
②	バランスボールストレッチ &フレッシュビクスレッスнтаイム	10/21(火)	午前10:50～11:50	40人
③	ヨガレッスнтаイム	10/24(金)	午後7:10～8:00	30人
対象：中学生以上。(中学生は保護者同伴) 費用：300円 持ち物：①②は室内専用靴				

▼**第3期スポーツ教室** (1教室の申し込みにつき、1人1回のみ有効。)

教室名		時間	定員	費用
姿勢・体幹づくり		午前9:30～10:30	36人	1,320円
棒びくす®		午前10:45～11:45	40人	1,320円
免許返納キャンペーンZUMBA®		午後1:00～2:00	40人	1,320円(免許返納者は無料)
日程：11/28(金)、12/26(金)、来年の1/9(金)、2/27(金)の全4回 申込：11/4(火)までに、①会場②教室名③住所④電話番号⑤氏名(フリガナ)・年齢・性別 を記入し、往復はがき(必着)または電子申請にて。(③面参照)				

▼**クリスマスカード作り教室**
日時：11/28(金)午前10:00～11:45 費用：1,300円(うち材料費700円)
定員：20人(抽選) 申込：11/4(火)までに往復はがき(必着)または電子申請にて。(③面参照)



講座・催し物

山田地区会館まつり

日時：11/8(土)・9(日)
午前10時～午後4時
内容：作品展(絵画・書道・洋裁など)
舞台発表(合唱・ピアノ・ダンスなど)
呈茶、みたらし団子五平餅
その他：履き物持参、当日駐車場利用不可
問合せ：山田地区会館(西区八筋町78)
☎・FAX 503-7178

天神山福祉会館 花の木三丁目18-12
☎531-0023 FAX521-3369
◎ご利用は市内在住60歳以上の方
※午前8:45から電話か窓口にて受け付け

▼**土曜リズム体操**
日時：10/18(土) A:午後1:00～1:40
B:午後2:00～2:40
定員：各回30人(当日先着順)

▼**天神山スマホ教室 スマホ決着ってなあに？**
日時：10/24(金) 午後2:00～3:00
定員：8人(先着順)
申込：10/17(金)から※

▼**体軸体操とスローエアロビック**
日時：10/25(土) A:午前10:00～10:40
B:午前10:50～11:30
定員：25人(先着順)
申込：10/11(土)から※

▼**ちょっときて脳トレプリント**
日時：10/29(水) 午後2:00～3:00
定員：30人(先着順)
申込：10/11(土)から※

▼**お楽しみ演芸発表会(観覧自由)**
福祉会館で活動中の同好会や趣味講座の
みなさんが日頃の練習の成果を発表します。
日時：10/31(金)午前9:30～午後4:00

▼**プリザーブドフラワー**
日時：11/15(土) 午前10:30～11:30
定員：26人(先着順)
費用：1,000円(申し込み時に持参)
申込：11/4(火)午前8:45から窓口にて。



福祉・介護

いきいき支援センター
北部 市場木町157
☎505-8343 FAX505-8345
南部 花の木二丁目18-1
西区在宅サービスセンター内
☎532-9079 FAX532-9020

▼**おれんじドア も～やっこなごや**
～認知症当事者・家族同士で話ができる場～
日時：10/18(土)午後1:30～3:00
場所：区役所4階 多目的室
申込：初めて参加する方は **北部** **南部**
いずれかへ、電話か窓口にて。

▼**楽しく歩いてフレイル予防ウォーキング教室**
日時：11/18(火)午前10:00～正午
場所：西生涯学習センター体育室
定員：30人程度(抽選)
申込：10/31(金)までに **南部** へ、電話、窓口
またはファクスにて。

▼**家族教室**
内容：認知症専門医、認知症の方と家族の会、
施設職員による講話や交流会
対象：認知症高齢者を介護している家族で、
できれば全ての回に参加できる方

申込：電話か窓口にて。
北部 日時：10/23(木)、11/27(木)、12/18(木)
来年の1/22(木)、2/26(木)
午後1:30～3:30
南部 日時：10/22(水)、11/26(水)、12/24(水)
来年の1/28(水)、2/25(水)
午後1:30～3:30

▼**もの忘れ(認知症)相談医の専門相談**
申込：電話か窓口にて。各日3人。随時受け付け。
北部 日時：10/24(金)午後2:00～3:30
南部 日時：10/21(火)午後2:00～3:30

庄内緑地グリーンプラザ 〒452-0818 山田町大字上小田井字敷地3527 ☎503-1010 FAX503-0133

▼**お正月飾りの苔玉づくり(実技)** ▼**ドライフラワー教室** ▼**ミニ盆栽で正月飾り(実技)**
日時：12/20(土) 日時：12/13(土) 日時：12/21(日)
午前10:00～正午 午後1:30～3:30 午後1:30～4:00
費用：2,500円 費用：3,000円 費用：2,500円
場所：庄内緑地グリーンプラザ 定員：30名(抽選)
申込：10/16(木)～11/15(土)までに、往復はがき(必着)または電子申請にて。(③面参照)

▼**親子deソナエル(先着順)** ▼**ミズノ流親子忍者学校(先着順)**
防災について楽しく体験 日時：11/15(土) 午前9:30～10:30
日時：11/1(土) 午前10:00～10:50 対象：年少児～小学1年生とその保護者 15組
対象：幼児～小学生とその保護者 20組 費用：1組2,000円
費用：1家族2,000円 (ただし、子ども2名大人1名の
申込：10/11(土)から 場合は2,500円)
右記二次元コードにて。 申込：10/11(土)から右記二次元コードにて。

西生涯学習センター 〒451-0061 浄心一丁目1-45 ☎532-1551 FAX532-1552

公開講座 定員：55人(先着順)
申込：当日午前9:30から先着順での入場
▼**懐かしく優しい味わい** ▼**「歩く」ことは健康の源**
～ポン菓子引き出すあの頃の思い出～ ～運動習慣の大切さ～
日時：10/16(木) 日時：10/29(水)
午前10:00～正午 午前10:00～正午
▼**「好き」からはじめよう** ▼**幸せな地球を守るために**
～料理引き出す私のチカラ～ ～気候変動について知る～
日時：10/28(火) 日時：11/10(月)
午前10:00～正午 午前10:00～正午

後期事業 申込：各講座の申込期限までに、①講座名 ②郵便番号・住所 ③氏名(ふりがな) ④電話番号
⑤学年(小・中学生対象の事業に応募される方のみ)⑥パソコン持ち込みの有無(「西パソコン
広場」に応募される方のみ)を記入し、往復はがき(必着)か電子申請にて。(⑧面参照)

講座名	日程・時間	対象	定員	費用	申込期限
〈なごやか市民教室〉 トールペイントを楽しもう！(全3回)	11/10・17(月)、12/1(月) 午後2:00～4:00	中学生を除く 15歳以上	10人	4,000円	10/14 (火)
西パソコン広場 文書作成ソフト入門講座 年賀状を作ってみよう！(全3回)	11/11・18・25(火) 午前10:00～11:30	中学生を除く 15歳以上	9人	1,200円	
レトロで美しい♪ 名古屋生まれの楽器、大正琴を演奏してみよう	11/16(日) 午前10:00～正午	小学4年生～ 中学生	16人	150円	
〈NESPA事業〉おしゃれな生花で作る クリスマス「スワッグ(壁飾り)」を作ろう！	12/3(水) 午後2:00～4:00	中学生を除く 15歳以上	20人	2,500円	11/4 (火)
〈トライアルウインター〉【西陵高校美術部協力】 初心者大歓迎！一緒にイラストを描いて楽しもう！	12/26(金) 午前10:00～正午	小学生	20人	無料	