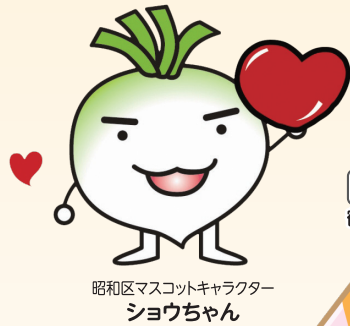
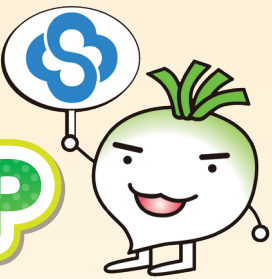


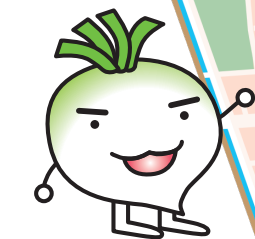
いつまでも
元気に暮らそう

いきいき ショウちゃんMAP

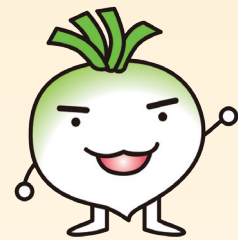
昭和区



昭和区マスコットキャラクター
ショウちゃん



新型コロナウイルス感染症の流行で外出の機会が減り、体力や気力の低下を感じていませんか。いつまでも元気に暮らすために、心身の健康に気を配り、生きがいや役割をもって生活していきたいですね。このマップでは、昭和区にお住まいの方がいきいきと過ごすための、お出かけ先や相談先などのさまざまな情報を目的別に紹介しています。ご自身に合った方法や場所を見つけてみませんか。



ショウちゃんのプロフィール
年齢：毎日採れたて♪
趣味：昭和区めぐり(ショウちゃんともぐるぶらり昭和区MAPを愛用してるよ)
七変化(いろいろな格好をするのが好き)
性格：明るくて活発、ダジャレ好き。
好奇心旺盛で、何でも知りたがる。
チャームポイント：つぶらな瞳、増える葉っぱ

アイコン説明

- コミュニティセンター
- ★ ふれあい・いきいきサロン(詳しくは裏面参照)
- 🚇 地下鉄
- 🏯 神社
- 🗿 寺院
- 🏥 病院・診療所
- 🎓 学校

はつらつクラブ会場 (はつらつ長寿推進事業)

① 白金会場	白金コミュニティセンター
② 八事会場	八事コミュニティセンター
③ 御器所会場	御器所コミュニティセンター
④ 松栄会場	松栄コミュニティセンター
⑤ 広路会場	広路コミュニティセンター
⑥ 川原会場	川原コミュニティセンター
⑦ 吹上会場	吹上コミュニティセンター
⑧ 滝川会場	滝川コミュニティセンター

※問い合わせは昭和区社会福祉協議会まで

こころん介護予防サロン会場

① こころん体操くらぶ村雲	昭和区社会福祉協議会研修室
② こころん健康サロン鶴舞	鶴舞コミュニティセンター
③ こころん健康サロン吹上	吹上コミュニティセンター
④ こころん健康くらぶ桜山	御器所コミュニティセンター
⑤ ⑥ こころん健康サロン松栄	市営松風荘集会所 または昭和生涯学習センター
⑦ こころん健康サロン松栄Ⅱ	松栄コミュニティセンター

※問い合わせは昭和区西部いきいき支援センターまで



相談したいことがある

① 昭和区役所	高齢者福祉、介護保険などの相談	阿由知通3丁目19	TEL 052-735-3911 FAX 052-731-8900
② 昭和保健センター	介護予防、健康増進等に関すること	阿由知通3丁目19	TEL 052-735-3950 FAX 052-731-0957
③ 昭和区社会福祉協議会	地域福祉活動をはじめとした様々な事業や活動について	御器所3丁目18-1	TEL 052-884-5511 FAX 052-883-2231
④ 昭和区東部いきいき支援センター	健康・福祉・介護など、生活の中でお困りのことやご心配についての相談に応じます 担当学区：伊勝、川原、滝川、広路、八事	滝川町33 いりなかスクエア3階	TEL 052-861-9335 FAX 052-861-9336
⑤ 昭和区西部いきいき支援センター	健康・福祉・介護など、生活の中でお困りのことやご心配についての相談に応じます	阿由知通4丁目7 グローバル御器所2C	TEL 052-884-5513 FAX 052-883-2231
⑥ 昭和区西部いきいき支援センター分室	担当学区：御器所、松栄、白金、鶴舞、吹上、村雲	御器所3丁目18-1 昭和区在宅サービスセンター内	TEL 052-852-3355 FAX 052-852-3344
⑦ 昭和区はち丸在宅支援センター	自宅で療養されている、これから療養生活を始めるという方々の相談に応じます	山花町62-1 オフィスはなみずき1階	TEL 052-763-0874 FAX 052-763-0875

このマップは、名古屋市公式ウェブサイト昭和区地域包括ケアシステムのHPからダウンロードできます。



参加・交流したい、学びたい

いきいき教室 地域サロン等活動支援事業

問: 昭和保健センター ※
保健師・管理栄養士・歯科衛生士等による講話や運動指導による介護予防のための講座を行っています。自主的な活動での専門職による講話を行っています。

老人クラブ

問: 昭和区役所福祉課 ※
仲間づくりを通して生きがいと健康づくり、生活を豊かにする楽しい活動を行うとともに、地域を豊かにする社会活動に取り組み、明るい長寿社会づくり、保健福祉の向上に努めることを目的として活動しています。

昭和生涯学習センター MAP 8

様々な講座・事業を開催しています。各講座の詳細については、昭和生涯学習センターホームページ、もしくは生涯学習Webナビなごやのページからご覧ください。生涯学習WEBナビなごやには、自分の学習成果や特技・能力などをボランティアとして生かしたいという市民の方々を募集・登録する「教育サポーターネットワーク」について掲載されています。

所在地: 石仏町1-48 TEL: 052-852-1144 FAX: 052-852-1143

シルバー人材センター MAP 9

名古屋市内在住で、原則60歳以上の働く意欲のある高齢者が会員として登録しています。会員同士が共に働き(共働)、共に助け合う(共助)ことによって、生きがいの充実を図り、活力ある地域社会づくりに寄与することを目的としています。

入会説明会(予約制) 毎週水曜日13:30~

所在地: 御器所通3-12-1 御器所ステーションビル4階
TEL: 052-842-4688 FAX: 052-842-4894

昭和福祉会館 MAP 10

高齢者の福祉の増進に寄与することを目的に、各区に設置されている施設です。市内にお住まいの60歳以上の方を対象に、健康相談などの相談事業、健康の増進や教養の向上のための講座の開催、認知症予防事業などを実施しています。

所在地: 御器所通1-6-1 TEL: 052-881-0600 FAX: 052-881-0601

はっらっクラブ(はっらっ長寿推進事業) MAP 1~8

健康体操やレクリエーションを楽しみながら、介護予防について理解を深めます。参加者同士の仲間づくりをすすめ、自主的な活動や地域活動など様々な活動への参加を通じて、地域において元気でいきいきとした生活が送れるようお手伝いします。健康体操・音楽レクリエーション・外出など、内容は毎回異なります。

ふれあい・いきいきサロン MAP ★

地域住民のみなさまが身近な場所に集まってふれあいや交流を深める活動です。区内各所で開催しています。開催場所や対象等の詳細は、裏面の相談機関の他、各学区のコミュニティセンター等で確認できます。

こころん介護予防サロン MAP 1~6

地域住民のみなさまとともに、昭和区社会福祉協議会、昭和区西部いきいき支援センターも開設のお手伝いさせていただき、2015年4月に住民主体の介護予防サロンが誕生しました。現在、区内6カ所で実施しています。

認知症カフェ

問: 昭和区東部いきいき支援センター・昭和区西部いきいき支援センター ※
認知症の方やその家族、地域の方、専門職等、認知症に関心のある誰もが気軽に集まり、仲間づくりや交流、また認知症について相談できる場です。おしゃべりをしたり、情報交換をしたりして楽しい時間を過ごしませんか。

NAGOYAかいごネット(ホームページ)

「ふれあいいきいきサロン」や「認知症カフェ」の詳細については、NAGOYAかいごネットの検索ページより、区を選択して検索ができます。昭和区内で実施している体操や太極拳の活動についても検索できます。

担い手として活動したい

地域で活躍したい

昭和区社会福祉協議会・ボランティアセンター MAP 3 問: 昭和区社会福祉協議会 ※

地域福祉活動をはじめとした様々な事業や活動についての相談ができます。ボランティアに関する情報提供・相談・調整(コーディネート)など、総合的な支援をしている機関です。事務所は昭和区在宅サービスセンター内にあります。

体を動かしたい

テラスポ鶴舞 MAP 11

平成30年にオープンした人工芝のグラウンド2面と、クラブハウスが目印の施設です。様々なスポーツやレクリエーションが楽しめるコミュニティグラウンドとなっています。健康教室やイベントも行っています。

所在地: 鶴舞1-1-156 TEL: 052-745-8545 FAX: 052-745-1780

昭和スポーツセンター MAP 12

競技場や軽運動室の他、温水プールやトレーニングと皆様のスポーツ活動をサポートします。人気のスポーツ教室はヘルスアップ・シェイプアップ効果の高い豊富なプログラムを好評開催中です。

所在地: 吹上2-6-15 TEL: 052-733-6831 FAX: 052-733-6832

おでかけしたい

ショウちゃんめぐる ぶらり昭和区MAP

平成28年から地域の方々と協働で製作していて、昭和区を5つのエリアに分けて紹介しています。昭和区の歴史的なスポットや、まちあるきにおすすめのポイント、楽しいコラムも満載です。マップは区役所3階地域力推進室、鶴舞中央図書館で無料配布しています。ホームページからダウンロードすることもできます。

問: 昭和区役所地域力推進室 TEL: 052-735-3822 FAX: 052-735-3829