



主催	開催月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
対象：60歳以上 熱田福祉会館 ＜申込方法＞ 申込開始日9:30～ 電話受付します。 それ以外は記載の方法 をお願いします。 電話:052-659-6306	 10/19（月）10:15～11:45 「はつらつ体操」 申込開始: 10/13（火）～ ☆☆☆  10/21（水）13:30～15:30 「健康講話と椅子ヨガ」 申込開始: 10/9（金）～ ☆☆☆  10/30（金）10:30～12:00 「歌声の集い」 申込不要 当日9:30～整理券配布（先着）	 11/7（土）10:15～11:15 「ロビーコンサート」 申込開始: 11/2（月）～ ☆☆☆  11/10（火）13:30～15:30 「スマートフォン教室」 申込開始: 10/28（水）～ ☆☆☆ 11/30（月）9:30～15:30 「演芸大会」 （福祉会館の講座・同好会の発表会） 申込不要。観覧自由。	 12/7（月）10:15～11:45 「はつらつ体操」 申込開始: 12/1（火）～ ☆☆☆  12/12（土）13:30～15:00 「昭和フォークを歌いまSHOW」 申込不要 当日12:30～整理券配布（先着） ☆☆☆ 12/19（土）14:00～15:00 「落語（独演会）」 申込不要 当日13:00～整理券配布（先着） ☆☆☆  12/22（火）13:30～15:30 「スマートフォン教室」 申込開始: 12/8（火）～ ☆☆☆	1/13（水）～15（金） 8:45～17:00 「作品展」 （講座・同好会の展覧会） ※15日は13:00まで 申込不要・観覧自由 ☆☆☆  1/26（火） 13:30～15:30 「スマートフォン教室」 申込開始: 1/13（水）～ ☆☆☆	 2/15（月） 10:15～11:45 「はつらつ体操」 申込開始: 2/9（火）～ ☆☆☆  3/1（月） 9:45～11:15 「みんなでリズム体操」 申込開始: 2/22（月）～ ☆☆☆  3/13（土） 13:30～15:00 「タンポポの演奏で 歌いまSHOW」 申込不要、当日12:30～ 整理券配布（先着）		
	対象：60歳以上 熱田区 いきいき支援センター ＜申込方法＞ 申込開始日9:00～ ①～③のいずれかの 方法をお願いします。 ①電話：052-671-3195 ②FAX：052-671-1155 ③インターネット （各二次元コードから）	10/21（水）12:00～15:30 あつた認知症オレンジフェスタ2026 ～見て・学んで・体験してみよう～ 【内容】認知症VR体験、MCI早期 発見チェック、いきいき健康体操、 福祉用具の展示紹介、認知症カフェ の紹介、骨密度・筋力測定 9:00～10:30 / 12:00～13:30 熱田図書館入口前スペースにて 無料のコーヒーを提供 会場:熱田区役所 7 階 講堂 申込不要 	 11/11（水）10:30～12:00 あつた健康倶楽部 第2回目 【内容】椅子に座ってできるヨガ 会場:熱田区在宅サービスセンター （熱田区役所6階） 申込期間：10/19（月）～10/30（金）  ←こちらからも 申込みできます 	「熱田区いきいき体力測定会」 については、うら面をご覧ください。 		 2/18（木） 14:00～15:30 あつた健康倶楽部 第3回目 【内容】ゴスペルを歌おう 会場:熱田区在宅サービス センター （熱田区役所6階） 申込期間：1/19（火） ～2/5（金）  ←こちらからも 申込みできます	  
対象：65歳以上 熱田保健センター 保健予防課 ＜申込方法＞ 申込開始日9:00～ ①～③のいずれかの 方法をお願いします。 ①電話052-683-9683 ②窓口 熱田保健センター4階 2番窓口にて受付 ③インターネット （二次元コードがある 教室のみ）	 10/7（水）10:00～12:00 シニアの「食べること」教室 申込開始:9/11（金）～ ☆☆☆  10/16（金）13:30～15:00 あつたシニア体操教室 認知症予防リーダー・ コグニサイズ 申込開始:9/16（水）～ ☆☆☆  10/21（水）10:30～12:00 あつた認知症オレンジフェスタ 2026 認知症講演会 会場:熱田区役所 7 階 講堂 申込期間：9/14（月）9:00～ 10/14（水）17:00 申込みは熱田保健センターへ （電話:052-683-9684）  ←こちらからも 申込みできます	 11/4（水）13:30～15:30 お口のパワーアップ教室 申込開始:10/13（火）～ ☆☆☆  11/5（木）13:30～15:00 よく噛んで食べる教室 申込開始:10/13（火）～ ☆☆☆  11/11（水）13:30～15:00 スクエアステップで元気アップ！ 申込開始:10/13（火）～ ☆☆☆  ←こちらからも 申込みできます  11/20（金）13:30～15:00 あつたシニア体操教室 健康運動指導士による体操教室 申込開始:10/16（金）～ ☆☆☆	 12/3（木）14:15～15:30 医師講演会 会場:熱田保健センター5階 申込開始:11/11（水）～ ☆☆☆  12/22（火）10:00～11:30 イスでできるゆったり エクササイズ 申込開始:11/11（水）～ ☆☆☆  ←こちらからも 申込みできます 12/22（火）13:30～15:00 楽しい脳トレ・e-スポーツ体験会 申込開始：11/12（木）～ ☆☆☆  ←こちらからも 申込みできます	 1/15（金）10:00～11:30 イスでできる ゆったりエクササイズ 申込開始:12/11（金）～ ☆☆☆  ←こちらからも 申込みできます  1/20（水）13:30～15:30 おたっしや栄養倶楽部 申込開始:12/14（月）～ ☆☆☆  1/25（月）13:30～15:30 お口のパワーアップ教室 申込開始:12/14（月）～ ☆☆☆  1/27（水）10:00～11:30 男性限定！フレイル予防セミナー ～楽しく続ける健康づくり～ 申込開始：12/15（火）～ ☆☆☆  ←こちらからも 申込みできます	 2/10（水） 13:30～15:30 お口のエクササイズ 会場：熱田福祉会館 申込開始: 1/12（火）～ ☆☆☆  3/10（水） 13:30～15:30 あつたいきいき音楽会 会場:熱田区役所 7 階 講堂 申込開始:2/12（金）～ ☆☆☆  ←こちらからも 申込みできます	 3/19（金） 10:00～12:00 シニアの 「食べること」教室 申込開始:2/15（月）～ ☆☆☆	



熱田区シニアにおすすめ イベント（令和8年10月～令和9年3月）これがオススメ！



熱田福祉会館



楽しく体を動かしてみませんか？



「はつらつ体操」

椅子での体操とヨガマットを使用した体操を行います。



「みんなでリズム体操」

ゆったりした曲から少し速い曲まで、懐かしい曲を使ってみんなで体操します。



「健康講話と椅子ヨガ」

「認知症とその予防について」
「椅子に座っておこなう簡単ヨガ」
を2つセットで開催します。



熱田区いきいき支援センター

「熱田区いきいき体力測定会」



<対象>

熱田区在住65歳以上で
2日間参加可能な方



大学ならではの専門的な機器を使い
ご自身の体力を測定してみませんか？

<A日程> 定員:40名(先着)

11/23(月・祝日)

12/7(月)

10:00～12:00

内容:体力測定・結果説明

<B日程> 定員:30名(先着)

11/30(月)

12/14(月)

10:00～12:00

内容:体力測定・結果説明

<場所>

名古屋学院大学名古屋キャンパスたいほう
(大宝二丁目4-45)



<申込期間>

10/14(水)～10/30(金)

<申込先>

熱田区いきいき支援センター

電話:052-671-3195

FAX:052-671-1155

熱田保健センター保健予防課

～講演会に参加してみませんか～

①あつた認知症オレンジフェスタ2026
認知症講演会「なぜ、認知症の人は家に
帰りたいのか～脳科学でわかる、
ご本人の思いと接し方～」

10/21(水) 10:30～12:00

(受付10:00～)

会場:熱田区役所7階 講堂

講師:恩蔵絢子氏(脳科学者)

認知症の方の気持ちをわかりやすく解説。

②医師講演会

「シニア時代を健やかに
～消化器内科、漢方内科医の視点から～」

12/3(木) 14:15～15:30

会場:熱田保健センター5階

講師:川村益生先生(カフムラ医院院長)

シニア世代に知ってほしい健康の話を
熱田区医師会長である医師が講演します。

③あつたいいきいき音楽会

3/10(水) 13:30～15:30

会場:熱田区役所7階 講堂

講師:Ongakuya(おんがくや)



♪懐かしい歌をみんなで歌って元気に！
毎年大人気の音楽会です。