2025

名 楽 祭

日時

10.29(水)

9:30~15:30

会場

名楽福社会館

対象

市内在住の概ね
60歳以上の方

スタンプラリーで
景品をもらおう！

らくちん！ソフトエアロビクス (株式会社あい・愛マインド)
～リズムに乗って、のびのび身体を動かしましょう！～

健康セミナー『骨ケアと腸活について』(株式会社森乳東海)
～意外と知らない骨と腸～

音楽でマインドフルネス (高橋真由美講師)
～脳の休息ーボディースキャン～

出張健康相談 (中村保健センター)

M ゲーム (名楽福社会館)
～色々なゲームに挑戦！～

メイク教室『美人眉レッスン』(NPO法人シニアメイクセラピー協会)
～眉以外のポイントメイクもアドバイスします～

やさしいすヨガ (池戸ゆり佳講師)
～ココロとカラダを整え、健康ライフ～

自転車安全教室 (愛知県)
～自転車シミュレータを体験しよう～

高齢者いきいき相談 (北部いきいき支援センター)

モルック体験 (名楽福社会館)
～誰でもすぐできる、話題の頭脳スポーツ～

主催：名古屋市名楽福社会館 ☎052-481-8588

【R7.10.29 名楽祭スケジュール表】

午前	9:30	9:45	10:00	10:15	10:30	10:45	11:00	11:15	11:30	11:45	12:00
らくちん! ソフエアロボックス 和室	整理券配布 1回目 9:30~(①25名、②15名) 2回目 10:30~(②10名)										
美人眉レッスン 洋室	整理券配布 1回目 9:30~(①8名、②4名) 2回目 10:30~(②4名)										
骨ケアと腸活 囲碁将棋室	骨強度測定										

整理券配布は【卓球室】で行ないます。

午後	13:00	13:15	13:30	13:45	14:00	14:15	14:30	14:45	15:00	15:15	15:30
やさしいすヨガ 和室	12:30~①②の整理券配布(各25名)										
音楽でマインドフルネス 和室	13:50~①②の整理券配布(各25名)										
M ゲーム わくわく室	ボードゲームほかレクリエーション 人数が集まりしだい始めます										
モルック体験会 洋室	モルックは1試合ごとに先着10名×4試合										
出張健康相談 囲碁将棋室											
高齢者いきいき相談 囲碁将棋室											
自転車安全教室 (シミュレータ体験) 囲碁将棋室	(シミュレータは体験希望者の中からくじ引き)										

スタンプラリー

5個以上のスタンプを集めてガラポン抽選会に参加しよう!

★午前だけで2個のスタンプを集めた方も挑戦できます。

用紙は【卓球室と窓口】で配布します。