



# 徳重地区会館だより

第5回発行  
平成23年8月1日

日頃より徳重地区会館をご愛顧頂き、誠にありがとうございます。  
毎日毎日、暑い日が続きますね。いや～、本当に暑いです。  
しかし、だからと言って冷たいビールの飲み過ぎや カキ氷の食べ過ぎは体調不良の素です。バランスの取れた食事と規則正しい生活で 夏バテしない元気な身体を作り、この暑い夏を乗り切りましょう！

ところで、皆さん映画は好きですか？

私がこの夏に見た映画の中で特に面白かったのは「SUPER 8」と「マイティ・モー」の2本です。  
「ET」「未知との遭遇」を観て育ったスティーブン・スピルバーグ世代としては、壮大なる宇宙ロマンを感じさせる内容に 久しぶりに胸が高鳴る感動を覚えました。この夏の余暇にオススメの映画、きっと共感していただけるとは思います。

徳重地区会館でも、映画同様 暑さを吹き飛ばす楽しい企画をご用意しております。2年目の夏もスタッフ一同元気に頑張っ参りますので、どうぞご期待ください。

徳重地区会館 館長

## 自主事業のご案内

### 親子料理教室

第1弾開催予定の料理教室があつという間に募集定員に達してしまい、多くのお問合せ・リクエストをいただきましたので、急遽第2弾を企画いたしました！

夏野菜を使ったボリュームたっぷりのレシピを親子で楽しく手作りします。

日 程	平成23年8月20日(土)
時 間	午前10時30分～午後2時
場 所	徳重地区会館 実習室
対 象	小学生とその保護者
定 員	10組20名
参 加 費	1000円/親子1組
プログラム	・夏野菜たっぷりハンバーグ ・手作りドレッシングのサラダ ・季節のフルーツシャーベット

### 子育て応援講座

授乳期から離乳期をむかえる子どもの親を対象にした講座です。

栄養管理士の方を講師に迎え、子育ての不安解消に役立つアドバイスをいただきます。

和室・茶室での開催ですので、お子様連れでも安心してご参加いただける企画です。

日 程	平成23年9月7日(水)
時 間	午前10時00分～午後0時
場 所	徳重地区会館 和室・茶室
対 象	授乳期～離乳期をむかえる子どもの親
定 員	20名
参 加 費	無料
プログラム	・授乳中の母親の食事 ・離乳食の進め方 など

自主事業参加のお申込みは、下記お問合せ先までご連絡ください。

## お問合せ

名古屋市徳重地区会館 受付窓口

住所 〒458-0801 名古屋市緑区鳴海町字徳重18番地41 (ユメリア徳重内)

TEL/FAX 052-878-2055

E-mail otoiawase@tokushige-chikukaikan.jp

URL http://www.tokushige-chikukaikan.jp/

# 【8月のスケジュール】

月曜日、祝日は休館日です。

地区会館主催ではありません。

情報開示を了承されていない利用者の連絡先はご案内できません。

	火	水	木	金	土	日
	2	3	4	5	6	7
体育室	・ 予約抽選会 ・ 体操 ・ 卓球 ・ タスポニー ・ バレー	・ インディアカ ・ 卓球 ・ ミニバスケ ・ 空手	・ 卓球 ・ バドミントン ・ 体操 ・ バレー	・ 卓球 ・ バドミントン ・ バレー ・ ソフトバレー	・ ソフトバレー ・ 卓球 ・ 空手 ・ 踊り	・ 卓球 ・ 社交ダンス ・ ブラインドテニス
その他の部屋	・ ダンス ・ 親睦会 ・ 料理教室 ・ 書道 ・ 昆虫教室 ・ イラスト教室 ・ ママ向け講座 ・ 速算そろばん ・ クラフト手芸 ・ フェロモンストレッチ	・ 囲碁 ・ 集い ・ 着付け ・ ダンス ・ 研修会 ・ 茶道 ・ 太極拳 ・ 親子交流 ・ 社交ダンス ・ 速算そろばん ・ フラワーアレンジメント	・ ダンス ・ ヨガ ・ 空手 ・ 体操 ・ 英語サークル ・ お楽しみ会 ・ クッキング ・ フラダンス ・ スクラップブック	・ ダンス ・ 体操 ・ 絵手紙 ・ 詩吟 ・ ストレッチ ・ カラオケ ・ 速算そろばん ・ フラワーアレンジメント ・ スクラップブック	・ 将棋 ・ 空手 ・ 会議 ・ 麻雀 ・ 体操 ・ ダンス ・ 太極拳 ・ 笑いヨガ ・ 親子茶道 ・ クッキング ・ ヘビーダンス	・ 講座 ・ 保険相談会 ・ 料理教室 ・ 社交ダンス ・ ダンス ・ クラシックバレエ ・ ヨガ ・ 打合せ
	9	10	11	12	13	14
体育室	・ バレー ・ 体操	・ 卓球 ・ ミニバスケ ・ ブラインドテニス	・ 卓球 ・ バレー ・ 体操 ・ 踊り	・ バドミントン ・ 卓球 ・ バトン ・ ソフトバレー	・ 卓球 ・ バドミントン	・ 卓球 ・ バレー ・ ブラインドテニス
その他の部屋	・ 書道 ・ お花、お茶 ・ ダンス ・ 料理教室 ・ 水彩画教室 ・ ママ向け講座 ・ スキンケア教室	・ ヨガ ・ ダンス ・ 社交ダンス ・ 速算そろばん ・ クッキング ・ 昆虫教室 ・ フェロモンストレッチ ・ 親子クッキング	・ 空手 ・ ヨガ ・ ダンス ・ フラダンス ・ セミナー ・ クラシックバレエ	・ 会議 ・ 書道 ・ 麻雀 ・ 詩吟 ・ ダンス ・ 太極拳 ・ 健康体操 ・ 保険相談会 ・ ストレッチ ・ ママ向け講座 ・ 子育て勉強会	・ ロボット教室 ・ イラスト教室 ・ セミナー ・ 笑いヨガ ・ ダンス	・ ロボット教室 ・ サークル同窓会 ・ セミナー ・ ダンス ・ ヨガ
	16	17	18	19	20	21
体育室	・ 卓球 ・ バレー ・ 社交ダンス	・ バレー ・ タスポニー ・ 空手	・ バドミントン ・ 社交ダンス ・ 踊り	・ 卓球 ・ バドミントン ・ バレー ・ ソフトバレー	・ 卓球 ・ 空手 ・ バレー	・ バドミントン ・ 卓球 ・ 夏祭り
その他の部屋	・ 書道 ・ ダンス ・ 会議 ・ 料理教室 ・ クラフト手芸 ・ 速算そろばん ・ エアロビクス ・ コアトレーニング	・ 囲碁 ・ 着付 ・ ダンス ・ クッキング ・ 社交ダンス ・ 速算そろばん ・ フラワーアレンジメント ・ フェロモンストレッチ	・ 空手 ・ ヨガ ・ 体操 ・ ダンス ・ クッキング ・ フラダンス ・ 社交ダンス	・ 麻雀 ・ ダンス ・ 健康体操 ・ 詩吟 ・ カラオケ ・ ママ向け講座 ・ 速算そろばん ・ クッキング	・ 将棋 ・ 集会 ・ 太極拳 ・ ダンス ・ セミナー ・ バトン ・ 保険相談会 ・ フラダンス	・ 集会 ・ ダンス ・ バン教室 ・ 焦がし絵 ・ セミナー ・ ロボット教室 ・ クッキング ・ 社交ダンス ・ クラシックバレエ
	23	24	25	26	27	28
体育室	・ 卓球 ・ インディアカ ・ バドミントン ・ 体操	・ バレー ・ 卓球 ・ ミニバスケ ・ 空手	・ 卓球 ・ バレー ・ 体操 ・ ソフトバレー	・ バドミントン ・ 卓球 ・ バトン ・ バレー	・ ソフトバレー ・ 卓球 ・ 体操 ・ バドミントン	・ 卓球 ・ 体育祭練習 ・ バレー ・ 踊り
その他の部屋	・ 書道 ・ 絵手紙 ・ フラダンス ・ クッキング ・ ダンス ・ 速算そろばん ・ クラフト手芸 ・ フェロモンストレッチ ・ スクラップブック	・ 集会 ・ 交流会 ・ ダンス ・ 健康体操 ・ 社交ダンス ・ エクササイズ ・ ポタニカルアート ・ 速算そろばん ・ フラワーアレンジメント	・ 講座 ・ ヨガ ・ 空手 ・ 社交ダンス ・ バン教室 ・ ダンス ・ フラダンス ・ 英語サークル ・ クラシックバレエ	・ 書道 ・ 詩吟 ・ 太極拳 ・ バン教室 ・ ジャズダンス ・ ストレッチ ・ 速算そろばん ・ お楽しみ会 ・ フラワーアレンジメント	・ 麻雀 ・ 空手 ・ 会議 ・ 体操 ・ 展示会 ・ ダンス ・ 夏祭り ・ バトン ・ 太極拳 ・ フラダンス ・ 笑いヨガ	・ 講座 ・ ダンス ・ お楽しみ会 ・ 料理教室 ・ 社交ダンス ・ ロボット教室 ・ クラシックバレエ
	30	31	9/1	9/2	9/3	9/4
体育室	・ インディアカ ・ バドミントン ・ 社交ダンス ・ タスポニー	・ 卓球 ・ ミニバスケ ・ バドミントン	・ 予約抽選会 ・ 卓球 ・ 体操	・ 太極拳 ・ 卓球 ・ バトン ・ ソフトバレー	・ バレー ・ 卓球 ・ 空手 ・ 踊り	・ バドミントン ・ バレー ・ 卓球 ・ 踊り
その他の部屋	・ 書道 ・ ダンス ・ 親子交流 ・ 速算そろばん ・ クラフト手芸 ・ ママ向け講座 ・ スクラップブック ・ プリザージュ	・ ヨガ ・ 説明会 ・ ダンス ・ 料理教室 ・ 速算そろばん ・ フラダンス ・ エクササイズ ・ クラシックバレエ ・ フラワーアレンジメント	・ 空手 ・ ヨガ ・ お楽しみ会 ・ お菓子作り ・ ジャズダンス ・ 英語体操太極拳 ・ フェロモンストレッチ	・ 詩吟 ・ 麻雀 ・ ダンス ・ 体操 ・ 勉強会 ・ 絵手紙 ・ ジャズダンス ・ 食育実習 ・ 速算そろばん ・ ヘビーマッサージ ・ フラワーアレンジメント	・ 講座 ・ 会議 ・ 将棋 ・ 空手 ・ ヨガ ・ 太極拳 ・ 親子料理教室 ・ 笑いヨガ ・ ダンス	・ 交流会 ・ 料理教室 ・ 笑いヨガ ・ 社交ダンス