

12月

平成29年12月1日 第21号 朝日村社会福祉協議会

## 「えべや かたくりの里」だより




1月  
開講

## あさひさんでい講座 1月～3月 参加者募集！！

利用料：250円／1回 材料費別途

対象者：村内にお住まいの概ね60歳以上の方

日程 1月19・26日 2月2・23日 3月2・23日 全6回  
(時間 午前9時30分～11時) 3講座同時開催

講座開催時間 9:30～11:00	内 容
<b>*ふで遊び</b> 全6回 講師：望月佳代子さん 材料費 200円(紙・墨汁代) 持ち物 筆(大小)、すずり、下敷、文鎮	ゆっくりと筆で字を書くのはそれだけでなかなか楽しいものです。上手に書くことを目的とせず、筆を動かす楽しさや、筆が紙に触れる書き味を一緒に楽しみませんか。 
<b>*まっちゃんと歌う演歌・歌謡曲</b> 全6回 講師：白木まち子さん	おまかせまっちゃんの白木まち子さんと一緒に、演歌や歌謡曲を歌います。小節のきいた演歌や、オリジナル曲なども一緒に思いっきり歌いましょう。 
<b>*刺しゅうと小物作り</b> 全6回 講師：鶴木恵子さん 材料費 1,500円程度(針・口金・布・糸) 持ち物 はさみ、刺しゅう枠(ある方のみ)	ひと針ひと針思いを込めて、シンプルな小物に、刺しゅうでアクセントをつけてみませんか。お財布や、ポーチの製作を行ないます。 

## 転ばんジェントルマンとレディーの会

テーマ 12月 楽しく体と脳を動かして健康長寿  
 1月 正しい姿勢と歩行  
 参加費：200円 持ち物：水分・運動靴 タオル  
 12月13日(水) 10:15～11:45  
 1月17・31日(水) 10:15～11:45

## フラワーアレンジメント～お正月の花～



12月26日(火)午後1:45～ **定員20名**  
 講師：中村みどりさん  
 参加費：250円・材料費700円  
 持ち物：はさみ ふた付の重箱(ある方)

## 財産がないから大丈夫？ (高齢者ふれあい学習)

～今から心がけること～ 高齢者ふれあい学習

1月12日(金)午後1:30～  
 講師：成年後見支援センター かけはし  
 朝日村包括支援センター  
 参加費：無料

## ゆっくり運動(再彩クラブ)

テーマ 血流を良くして体ポカポカ体操  
 参加費：250円 持ち物：水分・運動靴 タオル  
 12月12,19日(火) 午後1:50～3:45

## 「いいせ」活動開始！ 朝日有償生活支援サービス

地域の支えあい活動の一環として、ちょっとしたお困りごとを、解決するサービス「いいせ」が10月よりスタートしました。

雪かき・灯油入れ・ゴミ捨て・趣味娯楽の相手・買い物・簡単な家事・家電製品の取扱いなど……。

心配事や、お困りごと等ありましたら、「いいせ」(社協：99-2340)までご連絡下さい。

利用には事前の登録が必要です。

パソコンの操作依頼があり、協力員さんが訪問し、活動しました。



申し込み用紙 FAX

希望講座名	氏名	電話	各種講座申し込み先 朝日村社会福祉協議会 電話 99-2340 FAX 99-2733 担当北沢
		99-	

# 12月「えべやかたくりの里」講座案内

	月	火	水	木	金	土	日
	4	5	6	7	8	9	10
午前			パワーアップ教室	ミニデイサービス クリスマス会	さんでい講座	休館日	休館日
午後		再彩クラブ 絵手紙(年賀)			家庭介護教室		
	11	12	13	14	15	16	17
午前		ミニデイサービス 健康チェック	転ばんジェントルマンとレ ディーの会	ミニデイサービス 健康チェック	オレンジカフェ	休館日	休館日
午後		再彩クラブ ゆっくり運動					
	18	19	20	21	22	23	24
午前		ミニデイサービス 田中理恵氏運動	パワーアップ教室	ミニデイサービス フラワーアレンジメント	さんでい講座	休館日	休館日
午後		再彩クラブ ゆっくり運動	囲碁・将棋・麻雀				
	25	26	27	28	29	30	31
午前		ミニデイサービス フラワーアレンジメント			休館日	休館日	休館日
午後		再彩クラブ フラワーアレンジメント					
	1月1日	1月2日	1月3日	1月4日	1月5日	1月6日	1月7日
午前	休館日	休館日	休館日	ミニデイサービス お正月遊び		休館日	休館日
午後							

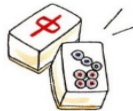
## 家庭介護教室 参加費50円

・12月8日(金) 午後1時半～  
誤嚥性肺炎を予防する為の口腔ケアやリハビリ  
講師：相澤地域在宅医療センター  
船越 友子さん 言語聴覚士  
※申し込み不要、どなたでもご参加いただけます。



## 囲碁・将棋・麻雀の日 (毎月第3水曜日)

・12月20日・1月17日  
午後1時～(※ 麻雀は朝9時～)  
参加費 無料  
どなたでもお気軽にお立ち寄り下さい。



## オレンジカフェ(金)

・12月15日(金) 午前10時～  
参加費 100円  
どなたでもお気軽にお立ち寄り下さい。

## ミニデイサービス (火・木)

介護認定を受けた方が対象です。利用希望の方は朝日村  
包括支援センター、又は朝日村社協へご相談下さい。

## 1月の講座(予定)のご案内

### ・あさひ さんでい講座

1/19.26 ・ 2/2.23 ・ 3/2.23  
午前9:30～11:00  
参加費250円/1回 (材料費別途)  
○ふで遊び  
○まっちゃんと歌う演歌・歌謡曲  
○刺繍と小物作り

### ・高齢者ふれあい学習

1月12日(金) 午後1:30～  
財産がないから大丈夫？  
「今から心がけること」  
講師：成年後見支援センター かけはし  
朝日村包括支援センター



### ・新春茶会

1月23日(火) 午後2時～3時  
参加費500円



問い合わせ

朝日村社会福祉協議会 電話99-2340 F A X99-2733 担当 百瀬・北沢