



「えべや かたくりの里」だより

【 えべや講座ご案内 会場:えべやかたくりの里 】

初春を楽しむ会～気楽にのらぎ茶会～

1月23日(火) 午後2:00～

※参加費: 500円 (抹茶・お菓子)

新しい年の始まりにお茶を愉しみ、お琴の演奏を聴きませんか。

裏千家のお茶を愛する皆様が、お茶をたてて下さいます。

申し込み締め切り 1月15日(月)



◎高齢者ふれあい学習

財産がないから大丈夫・・・?

今、元気であるときから心がけること

1月12日(金) 午後1:30～

※参加費 無料 参加申し込み不要

講師 司法書士 古川 静男 氏

成年後見支援センター運営委員長

高齢者の財産管理について、お話をさせていただきます。どなたでも参加できますので、是非ご参加下さい。



あさひさんでい講座 (金曜日開催)

1月19・26日 / 2月2・23日 / 3月2・23日

※時間 午前9:30～11:00

※参加費: 200円/1回 材料費別途

○ふで遊び

・上手に書くことを目的とせず筆の書き味をゆっくりと楽しめます。

○まっちゃんと歌う演歌・歌謡曲

・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。

○刺繍と小物作り

・お財布やポーチに刺繍をつけて、素敵な小物を製作します。

転ばんジェントルマンとレディーの会

1月17・31日 (水)

※時間 午前10:15～11:45

※参加費 200円/1回

講師 松本大学人間健康部 赤津恵子さん

内容: 正しい姿勢と歩行

- ・良い姿勢と良い歩行フォームを習得しよう
- ・インターバル歩行はなぜいいか。

えべやでカラオケを

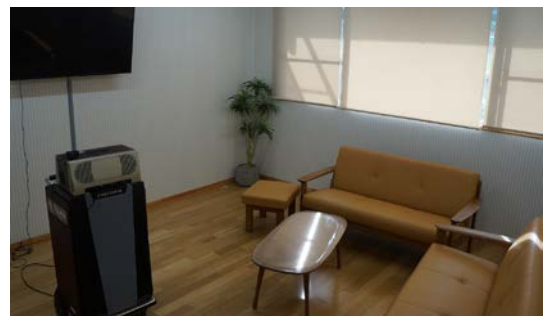
楽しもう!!

カラオケルーム

= 無料開放 =

開館時間: 月～金 午前9時～午後4時

※土日・祭日・年末年始は休館



えべやかたくりの里では、通信カラオケ DAM が無料にてご利用いただけます。お一人でもOK、家族や友人とも一緒にお楽しみ下さい。

※事前の予約をおすすめします。



申し込み用紙 FAX

希望講座名	氏名	住所	電話
		朝日村	99—

1月「えべやかたくりの里」講座案内

	月	火	水	木	金
	1	2	3	4	5
午前 午後	休館日	休館日	休館日	ミニデイサービス お正月遊び	
	8	9	10	11	12
午前 午後	休館日	ミニデイサービス 徳原聡氏 再彩クラブ 体のバランス運動	パワーアップ教室	ミニデイサービス 健康チェック・編み物	ふれあい学習
	15	16	17	18	19
午前 午後		ミニデイサービス 健康チェック 再彩クラブ ゆっくり運動	転ばんジェントルマンと レディーの会 囲碁・将棋・麻雀	ミニデイサービス 徳原聡氏	さんでい講座
	22	23	24	25	26
午前 午後		ミニデイサービス お正月遊び 新春茶会	パワーアップ教室	ミニデイサービス 奏でようハンドベル	さんでい講座
	29	30	31	2月1日	2月2日
午前 午後		ミニデイサービス 奏でようハンドベル 再彩クラブ ゆっくり運動	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 お琴演奏会	さんでい講座

ゆっくり運動

1月16・30日(火) 午後1時50分

参加費250円

テーマ: 血流を良くして体ポカポカ体操

講師: 川上有子さん 健康運動指導士

※申し込み不要、どなたでもご参加いただけます。

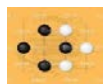
囲碁・将棋・麻雀の日 (毎月第3水曜日)

・1月17日 ・2月21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。



ミニデイサービス (火・木)

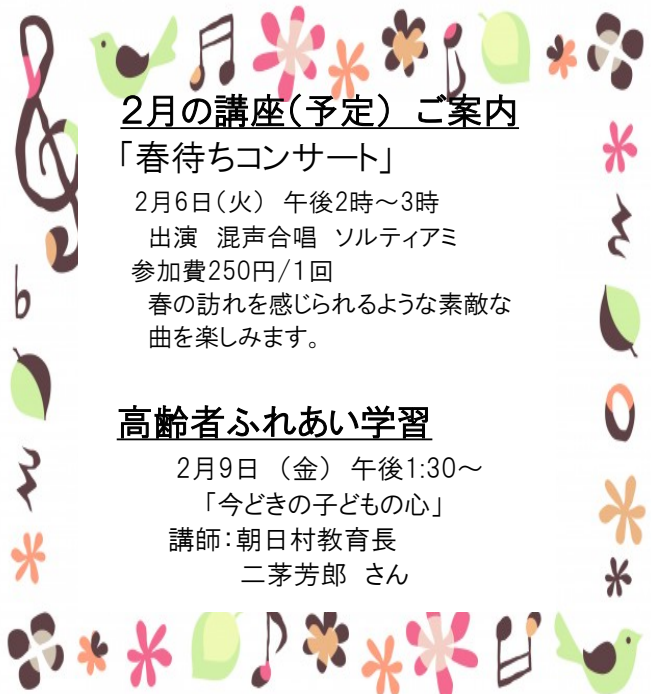
介護認定を受けた方が対象です。利用希望の方は朝日村

包括支援センター、又は朝日村社協へご相談下さい。

オレンジカフェ

1月19日(金) 午前10時～11時半

会場は古見集落センターです。



2月の講座(予定) ご案内

「春待ちコンサート」

2月6日(火) 午後2時～3時

出演 混声合唱 ソルティアミ

参加費250円/1回

春の訪れを感じられるような素敵な曲を楽しみます。

高齢者ふれあい学習

2月9日(金) 午後1:30～

「今どきの子どもの心」

講師: 朝日村教育長

二茅芳郎 さん

問い合わせ

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