



「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

朝日美術館見学(高齢者ふれあい学習)

7月20日(金) 午後1:30~

下田ひかり 展 (朝日村出身)

「死と再生のカタストロフィ」

現代美術家として海外にも発表の場を広げ、故郷の美術館で開く初めての個展です。この10年間の初期から新作まで約40点紹介されています。

解説 朝日美術館学芸員 丸山 真由美さん

参加費無料 朝日美術館へ直接お越しください



あさひ さんでい講座 7~9月

7月6・20日/8月3・31日/9月14・28日

対象者：村内にお住まいの概ね60歳以上の方

利用料：250円/1回 材料費別途

時間 9:30~11:00



*クラフトバンドで作る編みかご教室

全6回 講師：柳沢ゆみ子さん 材料費 500円

持ち物：はさみ・巻き尺(1m程度)

洗濯ばさみ5個・マスキングテープ

*身体も脳も若返る健康カラオケ教室

♪リズムにのって♪

全6回 講師：平林史子さん

歌に合わせて軽くリズムを取りながら、身体を動かし健康的に音楽を楽しみます。

持ち物：水分補給の水

*便利に使おう スマートフォン基礎講座

全6回 講師：坂本 聖(たかし)さん

(地域おこし協力隊)

スマートフォンの使い方や、アプリの便利な使い方や、安全に携帯端末を利用するための、基礎講座です。これから持ちたい方も歓迎!!

※8/31のみ午後1時30分~ NTTドコモ出張講師より安全な使い方の講習を行ないます。

再彩クラブ 午後1:50~3:30

再彩クラブでは、趣味講座や、体への負担が少ない運動を週替わりにて行なっております。是非ご参加下さい。

参加費：250円 材料費別途

7月3日(火) 絵手紙

三色の絵の具で色を作りながら、季節の野菜を描きます。材料費100円



7月17日(火)・夏に涼しいスイーツ作り

講師 宗田桂子さん 管理栄養士

白餡とゼリーで作る「あじさいかん」

申込締切 7/10 材料費 200円



7月24日(火)・スカットボール

ボールをスティックで打って得点穴に入れ、合計を競うゲームです。軽く身体を動かしながら、ゲームを楽しみませんか。

夕さる サロン

~青春時代のフォークソングを聴きながら~

アコースティックギターが奏でる懐かしいフォークソングを口ずさみ、ちょっとお酒を傾けて、夏の夕ぐれを楽しんでみませんか。



7月27日(金) 午後5:30~7:00

参加費：1,000円(定員になり次第締切り)

《演奏：えもんかけ》

1970~1980年代のフォークソングや、流行歌を中心に演奏活動を行なっている3名で活動しているグループです。

《演奏曲》

22歳の別れ(かぐや姫)
なごり雪(イルカ) 糸(中島みゆき)
秋桜(山口百恵) その他.....

転ばんジェントルマンとレディーの会

時間 9:30~11:00 参加費:200円

講師:土井麻弓さん 松本大学健康運動指導士

持ち物:水分 手ぬぐい 運動靴.



7月11日(水)・怪我をしない歩き方

~いろんな道を上手に歩こう~



7月25日(水)・足裏体操

~感覚を見直して転ばない身体づくり~

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-	

7月「えべやかたくりの里」講座案内

	月	火	水	木	金
	2	3	4	5	6
午前		ミニデイサービス 健康相談・脳トレ		ミニデイサービス 朝日保育園交流	さんでい講座
午後		再彩クラブ 絵手紙			
	9	10	11	12	13
午前	ふれあいの集い	ミニデイサービス 朝日保育園交流	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 健康相談・脳トレ	行き会いたいカフェ
午後		再彩クラブ ゆっくり運動			
	16	17	18	19	20
午前	休館日	ミニデイサービス 新庁舎見学		ミニデイサービス 新庁舎見学	さんでい講座
午後		再彩クラブ 夏のスイーツ作り			ふれあい学習
	23	24	25	26	27
午前		ミニデイサービス 楽しく運動	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 楽しく運動	
午後		再彩クラブ スカットボール			夕さるサロン
	30	31	8月1日	8月2日	8月3日
午前		ミニデイサービス わくわく館児童交流		ミニデイサービス 健康相談・脳トレ	さんでい講座
午後	ふらっと(気軽に) ふらっと(一緒に) カフェ	再彩クラブ ゆっくり運動			

ゆっくり運動(再彩クラブ)

テーマ:疲労回復で疲れやすい季節をのりきろう!

7月10・31日(火) 午後1:50~3:20

講師:川上有子さん 参加費 250円

持ち物 手ぬぐい 水分補給の水



ふらっと(気軽に)ふらっと(いっしょに)カフェ

~子育て・障がい・介護・生活全般 困りごと相談窓口~

7月30日 8月20日 月曜日 午後1時~3時

※申し込み不要 お気軽にお立ち寄り下さい。飲み物50円
プライバシーは守ります。安心してご相談下さい。



カラオケルーム開放中

※使用料無料

事前に予約をお願いします。

(99-2340 朝日社協)

※9:00~16:00休館:土日祭日

※友人や、ご家族と一緒にご利用下さい。



8月の講座(予定) ご案内

かたくりの里祭り

8月26日(日) AM10:00~

- ・ 雅音人
「ふるさとに想いをつなぐ」
トーク&コンサート
 - ・ セバスチャン
「歌声喫茶 かたくりの花 第2弾」
 - ・ サンライズ
「ダンスパフォーマンス」
 - ・ 喫茶・軽食コーナーや作品展示
も予定しております。
- ◎詳細については、別紙パンフレットにて8月
にてお知らせ致します。
- 8月の高齢者ふれあい学習は、
かたくりの里祭りにご参加下さい。**

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