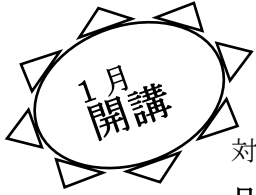


12月「えべや かたくりの里」だより



あさひさんでい講座 1月～3月 参加者募集！！

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

日時：平成31年 1月11・25日 / 2月8・22日 / 3月1・22日

講座開催時間 9:30～11:00	内 容
<p>* 私のいち押し料理 講 師：塩原千里さん 上條てる子さん 柳沢ゆみ子さん 材料費：1,200 円（6回分初回集金）</p>	<p>郷土料理、季節に合わせた創作料理を作って楽しめます。味わい深いそば饅頭から、彩り鮮やかな巻物まで、私のいち押し料理をお楽しみいただけます。 1月そば饅頭、おやき 2月やししょうま 3月飾り寿司 持ち物 エプロン 三角巾 米2合</p>
<p>* まっちゃんと歌う演歌歌謡曲 講師：白木まち子さん</p>	<p>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。 小節の聞いた演歌や、オリジナル曲なども一緒に思いっきり歌いましょう。</p>
<p>* ～色彩で脳の活性化～ 身近にある画材を使って 絵を楽しもう！ 講 師：森 未知子さん 材料費：600 円（絵の具、イラスト用紙代金）</p>	<p>色鉛筆の重ね塗りや、水彩画の透明感のある色合いを楽しめます。身近な画材で色彩を楽しみながら、脳の活性化をしてみませんか。講師は、村内パンフレットのイラストなどを手がけている森未知子さんです。 持ち物 色鉛筆（12色） 2B鉛筆 消しゴム 絵の具セット→（パレット 絵筆 水入れ） 布（筆を拭きます） 新聞紙</p>

高齢者ふれあい学習

冬ですね 心にしみる調べをどうぞ*

12月7日（金）午後1:30～3:00*

会 場：えべや かたくりの里

演 奏：アンサンブルセバスチャン

内 容：バイオリンとピアノの演奏でおなじみのセバスチャンの演奏会です。二人が奏でる音色をお楽しみ下さい。



囲碁・将棋・麻雀の日

12月12日（水）・1月16日（水）

午後1時～4時（麻雀は朝9時～）

会 場：えべやかたくりの里

参加費無料

どなたでも気軽にお立ち寄りいただき、囲碁・将棋 麻雀を楽しんでいただける日です。



東南西北

（再彩クラブ）

フラワーアレンジメント～お正月の花～

12月25日（火） 午後1:50～3:30

会場：えべやかたくりの里

定員：15名 **申し込み締め切12月14日（金）**

講 師：中村みどりさん

参加費：250円・材料費1,000円

持ち物：はさみ 持ち帰用の箱 新聞紙



転ばんジェントルマンとレディーの会

12月テーマ **脳トして認知症予防**

12月12日（水） 9:30～11:00

1月テーマ **寒くても大丈夫寝転んで体操**

1月16・30日

参加費：200円 持ち物：水分・運動

講 師：赤津恵子さん 健康運動指導士

持ち物：水分補給の水 運動靴 汗拭きタオル



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

(朝日村社会福祉協議会 電話99-2340 F A X 99-2733)

	月	火	水	木	金
	3	4	5	6	7
午前		ミニデイサービス 合同クリスマス会	パワーアップ教室		
午後		再彩クラブ 年賀状製作	介護者の会		高齢者ふれあい学習
	10	11	12	13	14
午前	理事会	ミニデイサービス 脳トレ・健康相談	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 脳トレ・健康相談	さんでい講座
午後		再彩クラブ ゆっくり運動	囲碁・将棋の日		
	17	18	19	20	21
午前	評議員会	ミニデイサービス 体操(平林先生)	パワーアップ教室	ミニデイサービス 体操(平林先生)	さんでい講座
午後		再彩クラブ ゆっくり運動			
	24	25	26	27	28
午前	休館日	ミニデイサービス 正月の花飾り		ミニデイサービス 正月の花飾り	
午後		再彩クラブ正月の花飾り ぶらっとふらっとカフェ			
	12月31	1月1日	1月2日	1月3日	1月4日
午前	休館日	休館日	休館日	休館日	
午後					

囲碁・将棋・麻雀の日

日時 12月12日 1月16日 2月13日
 全水曜日 午後1:30~4:00
 どなたでもご参加いただけます。お気軽にご参加ください。



ぶらっと(気軽に)ふらっと(いっしょに)カフェ

近所でちょっと気になる人がいる・・・。
 子育て・障がい・介護・生活全般など、なんでも相談窓口
 12月25日(火) 1月21日(月) 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

~友人や、家族と一緒にご利用ください
 ※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



1月の講座(予定) ご案内

高齢者ふれあい学習

日時 1月18日(金)
 午後1:30~
 「僕らの生き方紹介します！」
 地域協力隊活動」
 村で活動している地域おこし協力隊の
 皆さんがどんな仕事をしているのか話します。

1月開講あさひさんでい講座

(参加費250円材料費別途)
 ☆まっちゃと歌う演歌歌謡曲
 ☆私のいち押し料理！
 ~饅頭・やしょうま・飾り寿司~
 ☆身近な画材で絵を楽しもう！
 ~色彩で脳の活性化~