



「えべや かたくりの里」だより



私の3・11 震災体験

～復興支援から学んだこと～

11月24日(金)

午後7時～8時45分

講師：桑野 知美さん

宮城県山元町社協 復興支援コーディネーター

詳細は別紙、回覧板をご覧ください。

家庭介護教室

参加費50円

第2回 11月8日(水) 午後1時半～3時

・床ずれと皮膚のケア・皮膚を健康に保つ方法

講師：デイサービスかたくりの里 上條志津枝さん

第3回 12月8日(金) 午後1時半～3時

・誤嚥性肺炎を予防するための口腔ケアやリハビリ

講師：相沢地域在宅医療センター

訪問言語聴覚士 船越友子さん

※申し込み不要どなたでもご参加いただけます。

ふれあい学習

12月1日(金)

午後1時半～3時

～大人のクリスマスコンサート～

混声合唱の素敵な歌を届けます

出演：ソルティーアミ



転ばんジェントルマンとレディーの会

11月15・29日(水) 午前10:15～11:45

参加費：200円 持ち物：水分 運動靴 タオル

テーマ・冷えない体づくり～体温の60%は筋肉が作る～

講師 松本大学 健康運動指導士

赤津恵子さん



今月は
【冷え】

申し込み用紙 FAX

囲碁・将棋・麻雀の日

11月15日(水) 午後1時～4時

※麻雀は朝9時より

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。

体を動かそう in グラウンドゴルフ

11月17日(金) 午後1時半～3時

場所：中央公民館アリーナ

持ち物：運動靴 水分 汗拭きタオル

グラウンドゴルフ愛好会の方にご指導いただきながら、グラウンドゴルフを体験します。

ミュージックベルで音楽を楽しもう

第1回 11月16日(木)

第2回 11月30日(木)

午後1時半～3時

誰もが簡単に、演奏できるミュージックベルと一緒に体験してみませんか。



再彩クラブ講座案内

～いつでも参加いただけます～

毎週火曜日 午後1:50～3:30

対象者：概ね60歳以上の方 参加費：250円

ゆっくり運動

11月14・28日(火)

講師：川上有子さん

体のバランス運動

11月21日(火)

講師：徳原聡さん



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
		99-	電話 99-2340 FAX 99-2733 担当 北沢

11月「えべやかたくりの里」講座案内

	月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4	5
午前			パワーアップ教室	ミニデイサービス カラオケ脳トレ	休館日	社会福祉大会	休館日
午後							
	6	7	8	9	10	11	12
午前		ミニデイサービス 徳原聡氏運動		ミニデイサービス 健康チェック	さんでい講座	休館日	休館日
午後		再彩クラブ きめ込み・帽子作り	家庭介護教室				
	13	14	15	16	17	18	19
午前		ミニデイサービス きめ込み・カラオケ	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 徳原聡氏運動	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	囲碁・将棋・麻雀	ハンドベル			
	20	21	22	23	24	25	26
午前		ミニデイサービス 健康チェック・編み物	パワーアップ教室	休館日	さんでい講座	休館日	休館日
午後		再彩クラブ 体のバランス運動					
	27	28	29	30	12月1	12月2日	12月3日
午前		ミニデイサービス きめ込み・カラオケ	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・健康体操	ふれあい学習	休館日	休館日
午後		再彩クラブ ゆっくり運動		ハンドベル			

あさひ さんでい講座

- 11/10・24 12/8・22
 ・午前9:30～11:00
 ・参加費250円/1回（材料費別途）
 ○料理下手集まれ！
 ○みんなでわいわいカラオケ
 ○みんなで編み編み

パワーアップ教室

- ・11月1日(水)・22日(水)午前9時半～


ミニデイサービス (火・木)

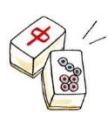
介護認定を受けた方が対象です。利用希望の方は朝日村包括支援センター、又は朝日村社協へご相談下さい。


オレンジカフェ(金)

- 11月17日(金) 午前10時～
 どなたでもお気軽にお立ち寄り下さい。

12月の講座(予定)のご案内

- 

・高齢者ふれあい学習
 12月1日(金) 午後1:30～
 大人の為のクリスマスコンサート
 「美しい歌声をどうぞ」
 出演 ソルティアミ(混声合唱)
- ・囲碁・将棋・麻雀の日(毎月第3水曜日)
 12月20日午後1時～(※ 麻雀は朝9時～)
 参加費 無料
- 

・家庭介護教室
 12月8日(金) 午後1時半～3時
 誤嚥性肺炎を予防する為の口腔ケア
 参加費50円
- 

・再彩クラブ 12月26日 午後1:50～
 フラワーアレンジメント(お正月飾り)
 参加費250円(材料費別途)

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