

10月「えべや かたくりの里」だより

あさひ さんでい講座 10～12月

10月 5・26日 / 11月 16・30日
12月 14・21日

時間：9：30～11：00

参加費：250円／1回 材料費別途

- ☆脳活！大人の折り紙 (11/16 休→11/19 振替)
講師 上條利春さん
- ☆一緒に歌おう思い出の青春ポップス
講師 小林明美さん
- ☆手習い散歩～小筆を楽しむ～
講師 望月佳代子さん

高齢者ふれあい学習

社会福祉大会

日時 10月21日(日) 午後1：00～

会場 中央公民館アリーナ

「式典・表彰」・「文化講演会」

講演・落語 林家木久蔵さん

「木久蔵流・笑うが一番！」

2007年9月に真打に昇進し、2代目林家木久蔵を襲名。

落語以外にも、テレビ出演や公演などで活躍中。



社会見学

「探検！松本広域消防局」

日時 10月19日(金)

中央公民館 12:40 集合※申し込みは終了しました。

朝日小学校へ給食を食べに行こう！

11月6日(火)

午後12：10～13：30

(小学校玄関前集合)

参加費：280円 (給食費実費)

朝日小学校では、地域の方と子供達とのつながりを大切に、オープンランチを始めました。昔懐かしい学校給食を、子供たちと一緒に食べませんか。



※申込締切 10月19日(金)

転ばんジェントルマンとレディーの会

10月10・24日(水) 午前9：30～11：00

参加費：200円

持ち物：水分 運動靴 タオル

講師：赤津恵子さん 健康運動指導士

テーマ：腰痛予防



再彩クラブ講座案内

対象者：概ね60歳以上の方

参加費：250円 材料費別途

☆毎週火曜日 午後2：00～3：30

～いつでも参加いただけます～

ゆつくり運動

10月16・23日(火)

講師：川上有子さん

テーマ

「疲労回復と動きやすい体づくり」

疲れにくい体作りをテーマにリンパマッサージや椅子に座ったまま、下肢の筋肉を鍛えていきます。



バルーンアート

10月9日(火)

講師：近藤志津恵さん

材料費：300円

風船をひねったり、ねじったり単純な作業で、ハートや弓矢を作成し楽しめます。

※申込締切 10月5日



粘土細工 (クレイアート)

① 10月30日(火) 製作

② 11月20日(火) 色塗り

講師：羽田ひと美さん

材料費：500円

樹脂粘土を形成し、本物そっくりないちごを製作します。完成まで2回の講座となります。

※申込締切 10月21日



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
		99-	電話 99-2340 FAX 99-2733 担当 北沢

10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
	1	2	3	4	5
午前		ミニデイサービス 脳トレ・健康相談		ミニデイサービス ハンドベル・絵手紙	さんでい講座
午後		再彩クラブ おやつ作り			
	8	9	10	11	12
午前	休館日	ミニデイサービス 体操(平林先生)	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 体操(平林先生)	
午後		再彩クラブ バルーンアート			
	15	16	17	18	19
午前		ミニデイサービス お買い物		ミニデイサービス お買い物	高齢者ふれあい学習 社会見学
午後		再彩クラブ ゆっくり運動			
	22	23	24	25	26
午前		ミニデイサービス きめこみ・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 お買い物	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			
	29	30	31	11月1日	11月2日
午前		ミニデイサービス きめこみ・カラオケ		ミニデイサービス クリスマス製作	
午後		再彩クラブ 粘土細工(いちご製作)			

社会福祉大会 10月21日(日)

午後1:00～ 式典・表彰
会場 中央公民館アリーナ
内容 文化講演会「木久蔵流・笑うが一番!」
講演 落語 林家木久蔵さん

ふらっと(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

10月22日(月) 11月26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

※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。



11月の講座(予定) ご案内

家庭介護教室

今年度、家庭介護教室では、自宅での看取りをテーマに、朝日村の現状や、家族の心持ちなどについて教室を開催いたします。

第1回 11月9日(金) PM1:30～

テーマ 自宅での看取りと現状・家族支援
講師:三村信夫先生 三村医院院長

第2回 11月12日(月) PM1:30～

テーマ 在宅での看とりケア
講師:介護保険事業所
・ケアマネージャー・訪問看護
・デイサービス

囲碁・将棋・麻雀の日

日時 11月14日・12月12日

午後1:30～

ご参加お待ちしております。

