

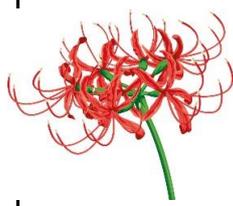
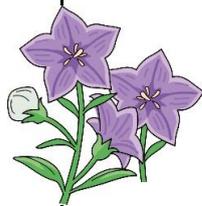
2017

自立テイサービス

9月 予定表



日	月	火	水	木	金	土
3	4	5	6	7	1 紙巻き 手工芸 ----- カラオケ	2
					習字 (先生) ----- 敬老会	そろばん (先生) ----- 折り紙 手工芸
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



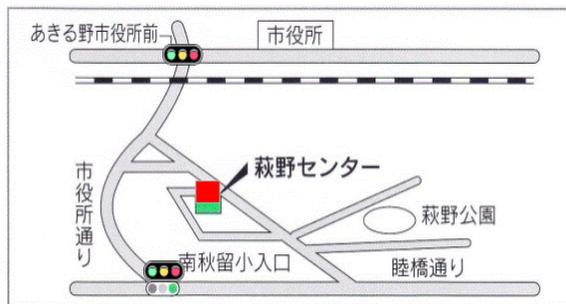
萩野センター

〒197-0825 あきる野市雨間533-1

TEL : 042-550-2722

E-mail : hagino@akirudai-hp.or.jp

指定管理者：医療法人財団 暁



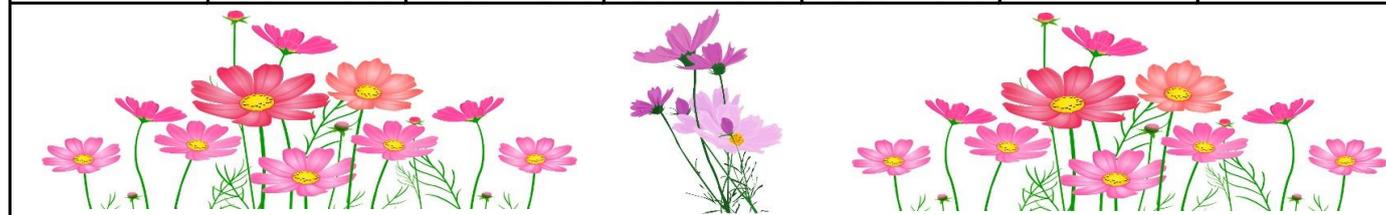
2017

げんき応援事業

9月 予定表



日	月	火	水	木	金	土
					1 歌い方教室① 10:00~12:00 体幹トレーニング 13:20~14:30	2
3	4 貯筋トレーニング 13:20~14:30	5 フラダンス 10:30~11:30 ボイストレーニング 13:30~15:00	6 脳トレ折り紙 10:30~12:00	7 脳らぼ	8 歌い方教室② 10:00~12:00 水彩画教室 13:00~15:00	9
10	11 脳トレ将棋 10:00~12:00 書道教室 13:30~15:00	12 音楽体操 10:00~11:30 水彩画入門 13:00~15:00	13 俳句教室 10:00~12:00 和紙教室 13:00~15:00	14 脳らぼ (体験会) ペン習字教室 13:30~14:30	15 歌い方教室① 10:00~12:00 体幹トレーニング 13:20~14:30	16
17	18 敬老の日	19 フラダンス 10:30~11:30 ボイストレーニング 13:30~15:00	20 脳トレ折り紙 10:30~12:00	21 脳らぼ	22 歌い方教室② 10:00~12:00 水彩画教室 13:00~15:00	23 秋分の日
24	25 脳トレ将棋 10:00~12:00 書道教室 13:30~15:00	26 ノルディック 10:00~12:00 音楽体操 10:30~11:30 水彩画入門 13:00~15:00	27 俳句教室 10:00~12:00 和紙教室 13:00~15:00	28 脳らぼ (修了式) はなみずき 13:30~15:00	29	30



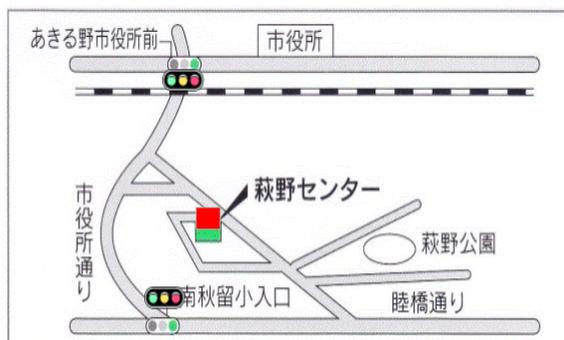
萩野センター

〒197-0825 あきる野市雨間533-1

TEL: 042-550-2722

E-mail: hagino@akirudai-hp.or.jp

指定管理者: 医療法人財団 暁



げんき応援事業は、市内在住の概ね65歳以上の方を対象に、各種講座を開催しています。地域のあらゆるボランティアの方や、一緒に楽しめるいろいろな方々をお待ちしています。

ペン習字教室

美しい文字を目指して基礎から丁寧に指導します。

日時：9月14日（木）

午後1時30分～2時30分

講師：中村梨香さん

費用：1回千円

持ち物：万年筆か筆ペン
または鉛筆



ユニークボイストレーニング

滑舌トレーニングやパタカラ体操をして俳句や川柳を歌ってみましょう。

日時：9月5、19日（火）

午後1時30分～3時

講師：古城久美生さん

（ボイストレーナー）

費用：初回一括1500円

持ち物：筆記用具
録音機（お持ちの方）



脳を鍛える折り紙教室

初心者向けのやさしい教室です。基本の折り方から始めます。

日時…第1・第3（水）6、20日

午前10時30分～正午

講師…北島初音さん

費用…1回700円
（材料費別）



水彩画教室

水彩画を始めてみませんか。基礎から丁寧に指導します。

日時：入門コース…第2・第4（火）

中級コース…第2・第4（金）

午後1時～3時

講師：水彩画講師

費用：1000円

持ち物：水彩画の道具

※貸し出しあり。

詳細はお問い合わせ下さい。



脳らぼ体験会

脳の健康を維持するため、週に1回の教室と1日10分間の読み書きや易しい計算問題を解くことで脳の活性化と若返りを図る「脳らぼ」を体験してみませんか。

日時：9月14日（木）

午前10時～正午までの間で

30分程度

費用…無料

持ち物…なし



認知症サロン「はなみずき」

認知症に関する不安や悩みは誰にでもありません。困っている事などあれば打ち明けてみませんか。ご本人でもご家族の方でもお気軽にお立ち寄りください。

日時：毎月第4（木）午後1時30～3時

費用：お一人100円

（お茶と茶菓つき）

※事前予約は必要ありません



他にも体幹トレーニング、脳の健康教室、音楽体操などやってます。お問い合わせは萩野センター 小田・山根まで。お気軽にどうぞ！