

2017

自立デイサービス

9月 予定表



日	月	火	水	木	金	土
					1 新聞エコバック作り カラオケ	2
		3	4 習字 敬老会(落語)	5 絵諸活動 新聞エコバック作り	6 習字 敬老会(ギター)	7 新聞エコバック作り カラオケ
10	11 習字(ボラ) 絵手紙(ボラ)	12 絵(ボラ) 敬老会(マジック)	13 習字(ボラ) 絵手紙(ボラ)	14 新聞エコバック作り カラオケ	15 紙巻き自由活動 カラオケ	16
17	18 	19 習字(ボラ) カラオケ	20 習字 カレンダー自由活動	21 カレンダー自由活動 カラオケ	22 カレンダー自由活動 カラオケ	23
24	25 習字(ボラ) カレンダー避難訓練	26 絵(ボラ) カレンダー自由活動	27 習字(ボラ) 新聞エコバック作り	28 紙巻き刺し子 カラオケ	29 紙巻き自由活動 カラオケ	30

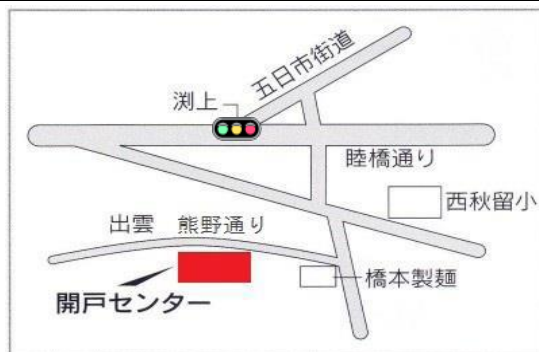
開戸センター

〒197-0833 あきる野市洵上332-1

TEL : 042-550-2755

E-mail : kaido@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 ギター教室 10:30~12:00 からくり折り紙 13:30~15:00	2
3	4 将棋教室 10:00~12:00 ニット小物 13:30~15:00	5 体幹トレーニング 13:20~14:30	6 脳らぼ 10:00~12:00 絵手紙 13:30~15:00	7 健康麻雀 10:00~12:00 13:00~15:00	8 ギター教室 (入門) 10:30~12:00 布ぞうり 13:00~15:00	9 布ぞうり 13:00~15:00 リズムストレッチ 体操 13:30~14:30
10	11 詩吟教室 10:30~12:00 書道教室 13:30~15:00	12 ハーダンガー 刺繍 10:00~12:00	13 脳らぼ 10:00~12:00 きものリメイク (中級) 13:30~15:00	14 健康麻雀 10:00~12:00 13:00~15:00 はなみずき 13:30~15:00	15 ギター教室 10:30~12:00 かんたん手芸 13:30~15:00	16
17	18 	19 体幹トレーニング 13:20~14:30	20 脳らぼ 脳らぼ体験会 10:00~12:00 初めての水彩画 13:00~14:30	21 健康麻雀 10:00~12:00 13:00~15:00	22 ギター教室 (入門) 10:30~12:00 きものリメイク (初級) 13:30~15:00	23 リズムストレッチ 体操 13:30~14:30
24	25 詩吟教室 10:30~12:00 ニット小物 13:30~15:00	26 ハーダンガー 刺繍 10:00~12:00	27 脳らぼ 尺八 13:30~15:00	28 健康麻雀 10:00~12:00 13:00~15:00	29	30



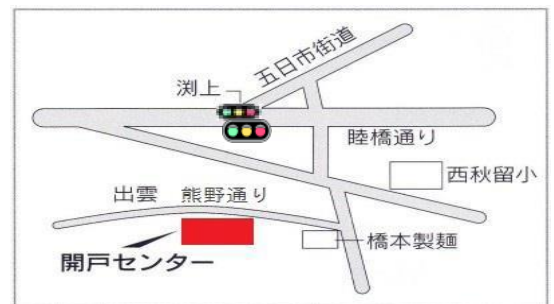
開戸センター

〒197-0833 あきる野市淵上332-1

TEL : 042-550-2755

E-mail : kaido@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。

初めての水彩画

透明水彩絵の具を使って、本格的な絵を描いてみませんか？基礎から丁寧に指導します。

日時：9月20日（水）
午後1時30分～3時

講師：辻かおりさん
費用：月2000円
（道具はすべて貸し出し）



エコ手芸「布ぞうり」

足にやさしい布ぞうりは人気の定番です。「手作りボランティアの会」による丁寧な指導で2回で1足仕上げます。

日時：9月8日（金）、9日（土）
午前1時～3時

費用：500円
（材料費込）



詩吟教室

詩吟の発声法で、童謡や唱歌なども楽しめます。声を出して健康維持に努めましょう。

日時：9月11日、25日（月）
午前10時30分～正午

講師：山根嘉王さん
費用：500円
持ち物：特になし



からくり折り紙

折り紙を組み合わせ、楽しい小物を作ります

日時：9月1日（金）
午後1時30分～3時

講師：加藤恭子さん
費用：500円
（材料費込み）



リズムストレッチ体操

軽快な音楽に合わせて無理せず楽しく体を動かします。

自立体力低下の予防改善をしましょう！

日時：9月9日、23日（土）
午後1時30分～2時30分

講師：栗原早苗さん
費用：500円
持ち物：上履き
タオル



脳らぼ 体験会

週1回の教室で「読み書き・計算」などの「楽習(がくしゅう)」とボランティアや受講仲間とのコミュニケーションを楽しみながら脳の健康づくりを図ります。

日時：毎週水曜日
午前10時～正午
(30分程度)

体験会：9/20(水)
午前10時～正午

