

# 2月なつかし学級だより

発行日：1月7日

日 時 火曜日～土曜日（日曜日、月曜日、祝日、年末年始はお休みです。）  
午前9時30分～正午、午後1時～午後3時30分  
（講座によって時間は異なります。）

場 所 総合福祉センター 2階  
対 象 市内在住の60歳以上の方

★下記のおすすめ講座以外の開講日は脳トレプリント講座を行います。

国語・算数・生活・社会・書き写し・迷路・絵合わせ・間違い探し・クロスワードの中から  
好きなものを選んで行うことができます。



## おすすめ講座

|                                                                                            |                                                                                                                                                             |                                                                                         |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>朗読</b></p> <p>4日（火）、20日（木）<br/>10:00～11:30<br/>新美南吉の童話集を朗読しましょう</p>                  | <p><b>楽しく手芸(手編み)</b></p> <p>①1/21、②2/4、③2/18<br/>いずれも火曜日 13:30～14:30<br/>かぎ針でネックウォーマーを作ります。（全3回）</p> <p>申込み 12/24(火)～定員になり次第終了<br/>材料費 500円(3回分) 定員 15名</p> |                                                                                         |
| <p><b>タオル体操</b></p> <p>5日（水）<br/>13:15～14:30<br/>持ち物 フェイスタオル<br/>（80cm程度）<br/>水分補給用の飲料</p> | <p><b>腸内環境を整えよう</b></p> <p>7日（金）<br/>13:15～14:30<br/>腸内環境を整えるための生活や食事のお話を聞きましょう<br/>試食・試飲もあります</p>                                                          | <p><b>万福体そう</b></p> <p>12日（水）、26日（水）<br/>13:15～14:45<br/>椅子を使った筋トレ、ストレッチ、口腔体操、脳トレ体操</p> |
| <p><b>歌声広場</b></p> <p>18日（火）<br/>10:00～11:30<br/>美竹会さんの三味線の演奏で歌謡曲や民謡を歌いましょう</p>            | <p><b>童話集・選べる塗り絵</b></p> <p>21日（金）<br/>9:30～12:00<br/>新美南吉の作品で童話集作り、塗り絵<br/>※チクチクサロンも同時に開催しています</p>                                                         | <p><b>貼り絵でカレンダー作り</b></p> <p>28日（金）<br/>13:00～14:30<br/>3月のカレンダー作り</p>                  |



| 3月のおすすめ講座 |      |       |
|-----------|------|-------|
| 開催日       | 講座名  | 申込開始日 |
| 3/5（木）午後  | 遊書   | 申込み不要 |
| 3/17（火）午後 | 笑いヨガ | 申込み不要 |

問い合わせ先 安城市総合福祉センター内介護予防係 電話 77-7896