



先着順

オーラルフレイル予防講座

大泉保健相談所から、管理栄養士の方と歯科衛生士の方が来てくださいます。口・舌の体操・歯ブラシや舌ブラシの使い方や、健康な食事を継続するための簡単なレシピのお話が聞けます。



3月11日(水) 10:00~11:00

<定員> 10名 <申込> 2月20日(金)~(先着順)



先着順

～川柳を楽しもう～

五七五のリズムで人生の機敏を表現してみましょう
今回のお題は・・・「桜」です。

3月27日(金) 13:30~15:00

<持ち物> 筆記用具 <定員> 10名 <申込> 2月20日(金)~(先着順)



先着順

水彩色鉛筆塗り絵

季節にあった題材を色塗りしています。みなさん、すごい集中力で素敵な作品が出来ています♪

3月9日(月) 10:00~11:30

<定員> 10名

<持ち物> 筆拭きぞうきん、消しゴム



先着順

絵手紙を楽しもう♪

墨を使って筆で描く絵手紙をやっています。皆さんとても熱心で、出来上がった作品に毎回驚かされています。

3月16日(月) 10:00~11:30

3月24日(火) 13:30~15:00

<持ち物> 道具一式・ハガキ・墨汁・筆拭きぞうきん

<定員> 各10名 <申込> 2月20日(金)~先着順



先着順

ゲームにトライ



ゲーム機を使ってボウリング対戦を楽しもう!

3月4日(水) 14:00~15:30

<定員> 12名 <申込> 2月20日(金)~先着順

先着順

レクスポ教室



今月は「輪投げ」です!

3月12日(木) 13:30~15:00

<定員> 12名 <申込> 2月20日(金)~先着順

先着順

理学療法士講座

ZOOM(ズーム) 中継で、講義と体操をします。

3月19日(木) 14:30~15:30

※今月は、内部疾患・身体症状予防のまとめです。

<持ち物> 筆記用具・飲み物

<定員> 10名

<申込> 3月2日(月)~(先着順)

3月の抽選事業申込期間：2月20日(金)~24日(火)、結果発表26日(木)※抽選に外れた方へお電話連絡いたします。抽選発表後、**空きのある事業は先着順で受付**いたします。電話申し込みは10:00~でお願いします。
※(3月の事業の申込書は、2月13日(金)~配布いたします。)