



高齢者交流サロン「ハッピー」3・4月講座案内

主催 NPO法人 東上まちづくりフォーラム

会場；柳瀬川駅前サミットストアのあるビル4階
お問い合わせ・ご予約；048-473-0655

高齢者介護支援講座 認知症について

発症のメカニズムを知り、自身の予防法と家族の介護の注意点について説明します。家族の方にもおすすめです

3月25日(水) / 4月21日(火)
13:30~15:00 講師；鈴木和雄
料金；無料



無料相談会 相続、遺言、成年後見、裁判事務

1年後に迫る相続税引き上げ。高齢化に伴って発生する法律問題に、司法書士兼行政書士が、一組様1時間ほどご相談に応じます。

3月5日(木)・14日(土) / 4月2日(木)・11日(土)
13:00~16:00 各日限定2組 ※要予約
講師；司法書士・行政書士 安津畑 卓

体験メイクアップ 簡単メイクで若返り

メイクアップで若返りお友達とショッピング、ランチなどを楽しみませんか。特別な準備は不要。

3月18日(水) 10:15~12:00
4月15日(水) 10:15~12:00
講師；日々澤礎久子 料金；無料



高齢者とのコミュニケーション 傾聴法を学ぶ

年齢の違い、立場の違いを乗り越えて、高齢者ときちんとコミュニケーションをとることは大変です。傾聴法をまなび、高齢者と正しい対話を心がけましょう。

3月24日(火) 効果的な質問
各回 13:30~15:30 料金；無料
講師；横山貴美子(傾聴ボランティア活動支援員)

押し花 教室 春のランチョンマット

ご自宅のお庭や道端の草花をお持ちください。小さいものほどかわいいです。(花はこちらにも用意しま)

4月22日(水) ※要予約
10:30~12:00 講師；三阪紀久水
料金；1回1,000円(材料費込)



アロマテラピー・アロマミスト

毎日の生活にアロマテラピーを取り入れ、暮らしを豊かにしませんか。

3月18日(水) 花粉症予防編
4月22日(水) アロマミストづくり編
各回 13:30~15:00
講師；牧野亜希子 料金；1回1,000円(材料費込)



折り紙教室 ORIGAMIは今、日本から世界へ

祝い鶴・亀・くす玉・ユニット折りなど、紙とふれあい、そのやさしさに出会いましょう。

3月17日(火) / 4月14日(火)
10:00~12:00
講師；下田れい 料金；500円



美沙と楽しむ絵画の集い パステル・色鉛筆

3月19日 / 4月16日 各木曜14:00~
講師；美沙(号) 料金；1,300円(教材費含)

楽しい書道 筆と遊びませんか

3月9日・23日 / 4月6日・20日 月曜13:30~
講師；山口承量 料金；500円

青春の思い出映画サロン 50年代の洋画観賞

青春時代に観たロマンスの名画。あなたがときめき憧れたあのシーンにみんなで再会しましょう。ちょっとはずかしいけど余韻や思い出を語り合います。

3月17日(火) 「ジェニーの肖像」
ジェニファー・ジョーンズ、ジョゼフ・コットン
4月14日(火) 「恋愛専科」トロイ・ドナヒュー、他
各回 13:30~16:00
案内人；一瀬 要 料金；無料

国際ゲーム交流クラブ タイラミー・ゲーム

3月31日(火) / 4月28日(火) 14:30~16:30
講師；春山郁雄 料金；1回500円

いちから始める英会話クラブ 英語で語ろう

3月10日・24日 / 4月7日・21日 10:15~
講師；清水 章 料金；1回500円(教材費別)

写真俳句クラブ ランチタイム句会

3月12日・26日 / 4月9日・23日 11:00~
講師；三宅一笑、他 料金；1回500円(茶菓付)

スマホで孫にメールと写真 基本操作の紹介

スマホは便利、でも難しそう。講師の操作をひたすらマネすれば覚えられます。これからスマホをやりたいと思う方に、最低限の操作方法をご紹介します。

3月10日(火) / 4月7日(火) 13:30~15:30
コーチ；一瀬 要 料金；無料

パソコン講座 お一人でもOK、お電話ください

科目；初めてのパソコン、デジカメ活用、やさしいエクセル、やさしいワード、他
回数；各科全3回(日程・時間とも調整可)
講師；シニア情報生活アドバイザー
料金；5,000円(テキスト別途1,000円)