



高齢者交流サロン「ハッピー」5・6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

いきいき生活シンポジウム

～年を重ねても住み慣れた町で
心も体も元気に暮らすために2～

高齢化の進展に伴ない在宅医療・介護が注目されています。前半では「介護予防の取り組み」「認知症予防とハッピー事業」「訪問診療と在宅看護について」の活動状況を3人の専門家にそれぞれ発表していただきます。後半はシンポジウムとして公開討論を行ないます。

5月13日(水) 13:00～16:00 料金；無料

パネラーと発表内容；

- | | |
|--|------|
| 朝霞でいきいきネットワーク
「介護予防の取り組み」 | 白石清夫 |
| NPO法人東上まちづくりフォーラム
「認知症予防とハッピー事業」 | 鈴木和雄 |
| 地域福祉を考える市民の会
訪問看護認定看護師
「訪問診療と在宅看護について」 | 小菅美和 |

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。高齢化に伴な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。

5月7日(木)・16日(土) / 6月4日(木)・13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。

5月22日(金) 10:15～12:00

6月17日(水) 10:15～12:00

講師；日々澤礎久子 料金；無料



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。(花はこちらでも用意)



5月27日/ 6月24日 水曜 *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 花粉症予防編・虫よけ対策編

毎日の生活にアロマテラピーを取り入れて、暮らしを豊かにしませんか。材料は準備しますので、お気軽に。



5月20日(水) 花粉症予防編

6月17日(水) 虫よけ対策編

各回 13:30～15:00

講師；牧野亜希子 料金；1回1,000円(材料費込)

刺子教室 まずは花ふきんから！

花ふきん、ランチョンマット、ティークォゼー、鍋つかみ、小物入れを、いろんな色の刺子糸でチクチク縫います。



5月20日(水) / 6月10日(水)

10:00～12:00 *要予約

講師；大竹浩子 料金；教材費のみ1,000円

美沙と楽しむ絵画の集い パステル・色鉛筆

5月21日 / 6月18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

5月休止/ 6月8日・22日 月曜13:30～

講師；山口承量 料金；500円

国際ゲーム交流クラブ タイラミー・ゲーム

5月26日(火) / 6月30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

5月12日・26日 / 6月9日・23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

5月7日・21日 / 6月11日・25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。

5月19日(火) / 6月3日(火) 13:30～15:30

コーチ；一瀬 要 料金；無料

折り紙教室 ORIGAMIは今、日本から世界へ

5月19日(火) / 6月16日(火) 10:00～12:00

講師；下田れい 料金；500円

高齢者介護支援講座 認知症について

5月28日(木) / 6月25日(木) 13:30～ 無料