

【くらしの情報室】”ゆう・えん・ち” NO18 かわら版

人生100年と言われる時代です。年を重ねるごとに、できないことが増えるような気がします。でも加齢ではなく、華麗に過ごしてゆきたいと思いませんか？ 元気に体も脳も刺激し、失敗したり、笑ったり、おしゃべりしたり。自分は当たり前と思っていたことが、皆さまには新鮮だと知って、びっくりしたり。ご自分の興味ある日に、ちょっとおでかけくださいませ。

毎月2回(第2・第4火曜日)
午後13:30~15:30
出席・出入り自由

当会は、世田谷区社会福祉協議会の(ふれあい・いきいきサロン)に登録しています。

【ゆう・えん・ち】の再開は、『備え』についてのおしゃべりからスタートです。

○10月12日(火)《備えは想像力から》

今までの生活習慣・教訓などを思い出して、年を重ねてきたからこそ予測できる備えがある。探して、見つけて、おしゃべりしよう。



○10月26日(火) ミニ講座《防災の備えについて》

講師：防災士 八幡章氏 (日本防災士会 世田谷支部所属)

防災のいろはを学んだ2019年の人気講座の第2弾・・・いのちは自分で守る・地域で助けあう“備えについて、そのときできること、これから準備できることを、聞いてみよう。話してみよう。

○11月9日(火)《脳の備え》について

日々の学びや子どもの頃の遊びの中から思い出し、備えよう。

たとえば、昔から今も続く“しりとりに”など、声にだして仲間とリレーしてみると、すらすら・・・と思いつかぶ。脳にはパワーがいっぱい。まだまだ～これから・・・活かしていこう。備えよう。

◆毎回、短時間でも頭と体を使ったブレインエクササイズをしたいと思います。

- ◆ 参加費 100円 材料費または、イベントでの実費をいただくこともあります。
- ◆ 場所 世田谷区等々力3-5-2 ふくろうクリニック等々力内 集会室
ヒューリック等々カビル3階 (1階は、ローソンです)
- ◆ お問い合わせ 事務局 090-7245-4701 ふくろうクリニック 見城(ケンジョウ)

くらしの情報室“ゆう・えん・ち”の「新しい生活様式」は。

- ① 入室の際は、体温チェックと消毒・手洗いをお願いします。
- ② 他の方の安全のためにも、マスクの着用をお願いします。
- ③ 定員は8名です。ミニ講座等の参加者が多数の場合、入場をお断りすることがあります。その際、連絡先をお知らせいただけましたら、次回以降、同様の企画等を検討し、ご連絡します。今後の状況により、急遽中止させていただく場合もございます。ご了承ください。
※新型コロナウイルス感染予防対策にご協力をお願いします。