



# 「えべや かたくりの里」だより

※講座への参加においては、必ず申し込みをして下さい。また、来館前の検温や、マスクの着用など、コロナウイルス感染症対策にご協力をお願いいたします。感染症の状況によって中止になる場合もあります。

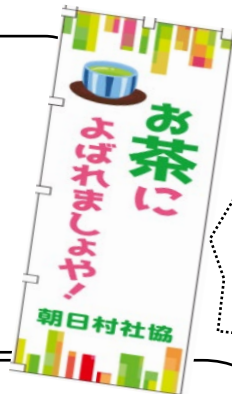
## お茶によばれましょや！ 開催時期：夏～秋(随時)

### 仲間やお隣さんを誘って気軽に集まれる「小さなお茶会」を開きませんか！

自粛生活が続く中、ご近所や仲間と元気を確認し、ちょっと話すきっかけの場。

お庭・軒下・物置等を開放していただける方を募集しています。

3密の回避・消毒・飛沫予防等のコロナウイルス感染症対策を徹底し、社協から茶器一式や茶菓子を持ち込み開催します。気軽にお声掛けください。



「の旗見たりよばれましょや」(藍白ほろの旗が目印)

## 転ばんジェントルマンとレディーの会

8月12・26日(水) 午前9:30～11:00

～筋肉の弱さからくるからだの不調を整えよう～  
ストレッチや筋トレを中心に、体をほぐしながら、気持ちよく身体を動かします。

会場：えべやかたくりの里

講師：赤津恵子さん  
健康運動指導士

参加費：200円

定員：15名程度

持ち物：マスク・水分補給の水・運動靴・汗拭きタオル



## 高齢者ふれあい学習

8月30日 かたくりの里祭り(中止)

年間計画では、かたくりの里祭りを予定していましたが今年度は中止となりました。

9月18日(金) 朝日美術館見学

上條俊介生誕120周年記念  
(信濃美術館交流展)

講師：丸山まゆみさん 朝日美術館学芸員

会場：朝日美術館

時間：午後1:30～2:30

当日は直接会場にお集まりください。

8月開講

## あさひさんでい講座 8月28日・9月4・11日(全3回)

対象者：村内にお住まいの概ね60歳以上の方 参加費：200円/1回 材料費別途

時間：午前9:30～11:00 会場：えべやかたくりの里

講座名	内容
<b>*歌の音楽教室</b> ～豊かな音楽を楽しもう～全3回 定員：15名程度 講師：古池美佐江さん	童謡・唱歌・流行歌を中心に、音楽を聴きながら、口ずさみながら・・・ まだまだ大きな声で歌うことができませんが五感を刺激しながら音楽を楽しみます。
<b>*体験してみよう「写仏」</b> ～描いてみよう心の仏様～全3回 定員：5名程度 講師：笠原俊光さん古川寺名誉住職 材料費 350円 (全3回分を初回に集金) 持ち物 細筆(筆ペン可) 鉛筆 色鉛筆	仏さまを描いてみませんか。下絵を鉛筆や筆でなぞり、色を入れ写しながら作業を進めます。心穏やかに家族やご先祖様を想いながら、写仏を体験してみませんか。 第1回→線や色づけの練習 第2回→観音菩薩の顔写し練習 第3回→観音菩薩を色紙へ写し描く・・・



申し込み用紙 FAX

希望講座名	氏名	電話	各種講座申し込み先 朝日村社会福祉協議会 電話 99-2340 FAX 99-2733 担当 北沢
		99-	

# 8月「えべやかたくりの里」講座案内

	月	火	水	木	金
	3	4	5	6	7
午前		ミニデイサービス		ミニデイサービス	
午後			ゆっくり運動		
	10	11	12	13	14
午前	休館日	ミニデイサービス	転ばんジェントルマンと レディーの会	ミニデイサービスは お盆休み	
午後					
	17	18	19	20	21
午前		ミニデイサービス		ミニデイサービス	
午後			ゆっくり運動		
	24	25	26	27	28
午前		ミニデイサービス	転ばんジェントルマンと レディーの会	ミニデイサービス	さんでい講座
午後					
	31	9月1日	9月2日	9月3日	9月4日
午前		ミニデイサービス		ミニデイサービス	さんでい講座
午後			ゆっくり運動		

※新型コロナウイルス感染症の状況により内容が変更になる場合もあります。

※講座への参加や貸館を希望される方は事前に予約をしてください

## ゆっくり運動(再彩クラブ) 8月5・19日 / 9月2・16日(水)

午後1:30~2:45 (15名程度)

参加費：200円

講師：羽多野美映さん 理学療法士

持ち物：マスク、水分、汗拭きタオル

内容：生活に必要な筋力や体作りを、椅子に座って行う運動講座です。



## 【えべや施設開館のお知らせ】

### 施設利用についてお願い

- ・開館時間：午前9：00～午後4：00
- ・3密（密閉・密集・密接）を避けるため、部屋ごとの定員は、5名～15名程度です。
- ・活動は3時間程度、マスクの着用と使用後はテーブルと椅子の消毒にご協力ください。
- ・利用前には、健康チェックシートへ記入してください。

### 〈その他〉

- ・歌唱を目的とした活動や、カラオケルーム、調理室は、当面の間使用できません。
- ・喫茶、飲食を伴う活動は、ご遠慮ください。水分補給の飲料は各自お持ちください。

### 「マスク回収ボックスの設置について」

#### 未使用のマスクを回収しています

えべやかたくりの里に「マスク回収BOX」を設置しています。サイズが合わない等で、自宅で眠っているマスクがありましたらご寄付ください。回収したマスクは、朝日村教育委員会を通し村内の施設に配布されます。

- 設置場所 えべやかたくりの里
- 回収するマスク
  - ・未使用で個包装のもの
  - ・未開封の箱入りマスク
 (手作りマスクは回収しません)



えべやかたくりの里 電話99-2340 FAX99-2733(担当:清水・百瀬・北沢)