



「えべや かたくりの里」だより



【新型コロナウイルス感染症対策に伴う施設利用のお知らせ】

長野県にまん延防止等重点措置が適用されるなど、感染症の拡大に伴い、2月20日までの間、「えべやかたくりの里」施設は利用休止、各種講座も休止又は延期とさせていただきます。
2月20日以降、感染症の発症状況などにより貸館・講座の再開時期は改めてご案内いたします。

～シニアメンスエクササイズ～

男性限定運動講座

=10年先も元気に過ごすための身体づくり=

日程:2月25日

3月4日(金曜日)

時間:午後1:30～3:00

講師:征矢洋文さん 飯嶋康俊さん
永井 肇さん

会場:えべやかたくりの里

参加費:200円(1回)

持ち物:マスク/汗拭きタオル/水分補給の水
セラバンド(会場で購入可)



〈ボランティア連絡協議会公開講座〉

「伝える、つなぐ、創る活動」

～鳥の眼、虫の眼のボランティア活動～

日時:3月5日(土) 午前10:00～11:30

講師:茅野俊幸さん

曹洞宗萬年山 瑞松寺 住職

シャンティ国際ボランティア会常務理事

会場:中央公民館講堂

定員:70名(定員になり次第締切となります)

内容:市民タイムスのリレーコラムでおなじみの茅野さんの講演会です。国内外、各地で起こる自然災害の現場でボランティア活動に従事し、活動にかける思いを相棒のダイちゃん人形と一緒にお話いただきます。

あさひさんでい講座(冬)

日程:2月25日(金)

3月4・18日(金)

時間:午前9:30～11:00

会場:えべやかたくりの里

利用料:200円/1回 材料費別途

*やわやわ体操～楽しく身体を動かそう～

講師:永井肇さん 健康運動指導士・整体師

*世界の味めぐり～家庭料理を作ってみよう～

講師:村内在住の海外出身の方々

材料費:1,500円(1食500円×3回)

持ち物:エプロン・三角巾・マスク・タッパー

講師:2月 菊川悦子さん 中国料理

3月 三村シーワンさん 三村明美さん タイ料理

*自由に作ろう編み物講座

～自宅に眠っている毛糸を形にしてみませんか～

講師:塩原二三恵さん



=新!健康運動講座=健康イス体操

有酸素運動で身体も頭もすっきり認知症予防!

日時 2月21日(月) 3月9・30日(水)

(午前9:30～11:00)

講師:西山知花さん

健康運動指導士

会場:えべやかたくりの里

参加費:200円/1回

持ち物:タオル 水分補給の水 運動靴



ゆっくり運動

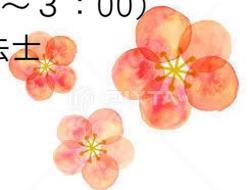
日時 3月2・16日(水) (午後1:30～3:00)

講師:羽多野美映さん 理学療法士

会場:中央公民館講堂

参加費:200円/1回

持ち物:タオル 水分補給の水



申し込み用紙

希望講座名	氏名	住所	電話
		朝日村	99-

2月「えべやかたくりの里」講座案内

	月	火	水	木	金
		1	2	3	4
午前		ミニデイサービス		ミニデイサービス	
午後					
	7	8	9	10	11
午前		ミニデイサービス		ミニデイサービス	休館日
午後					
	14	15	16	17	18
午前		ミニデイサービス		ミニデイサービス	
午後					
	21	22	23	24	25
午前	新！健康運動講座	ミニデイサービス	休館日	ミニデイサービス	あさひさんでい講座
午後					男性限定運動講座
	28	3月1日	3月2日	3月3日	3月4日
午前		ミニデイサービス		ミニデイサービス	あさひさんでい講座
午後	ぶらっとふらっとカフェ		再彩クラブ ゆっくり運動		男性限定運動講座

【新型コロナウイルス感染症対策に伴う施設利用のお知らせ】

長野県にまん延防止等重点措置が適用されるなど、感染症の拡大に伴い、2月20日までの間、

「えべやかたくりの里」施設は利用休止、各種講座も休止又は延期とさせていただきます。

2月20日以降、感染症の発症状況などにより貸館・講座の再開時期は改めてご案内いたします。

《高齢者ふれあい学習今後の予定》

2月18日(金)「涙活」令和4年度へ延期

3月11日(金)「交通安全教室」

「閉講式・皆勤、精勤者表彰」

午後1:30~3:00

ミニデイサービス

毎週 火・木曜日

午前9:30~午後1:30(祝日・年末年始休)

機能回復訓練や皆でお昼を食べるなど、様々な活動を行います。送迎も付いて安心。利用を希望する方は、地域包括支

【なんでも相談窓口】

ぶらっと(気軽に)ふらっと(いっしょに)カフェ

2月28日/3月28日(月) 午後1:00~3:00

※申し込み不要 お気軽にお立ち寄りください。



《希望の旅中止のお知らせ》

2月23日に計画していた希望の旅は、新型コロナウイルス感染症の拡大により中止とさせていただきます。

令和4年度は秋頃の開催を予定しています。皆様のご参加をお待ちしています。



※生活福祉資金貸付に関するご案内

《受付期間が3月末まで延長されました》

新型コロナウイルス感染の影響による休業等が原因で、一時的な生活資金にお悩みの世帯に向けた緊急小口資金・総合支援資金の特例貸付を実施しています。

具体的な内容については、お問合せください。(担当：北沢)

