

福祉センターの活動を知って

★体験しよう2days★

◎日時：令和6年10月31日(木)・11月1日(金) 10時～15時

◎場所：老人福祉センター館内・陶芸室

申込受付10月15日 10時～

◆体験内容・スケジュール◆

	10月31日(木)	11月1日(金)
陶芸室	陶芸体験 陶芸にチャレンジ 陶芸同好会 10:30～13:00 ※事前申込要 土に触れてオリジナルの先着6名程度 しま模様の小鉢を作ろう♪ 300円	福祉センターの活動を知って体験しよう2days in オープンカレッジ 第56回摂津市いきいきカレッジを 受講者のみなさんと一緒に体験出来るよ
社会適応室	パソコン エクセルで万年カレンダーを作ろう♪ パソコンあじさい 平塚富美子先生 10:10～12:00 無料 ※事前申込要 会員さんのサポートで 先着6名程度 パソコンにチャレンジ! 100円	
作業訓練室①	書道体験 毛筆にチャレンジしよう♪ 書道 悠墨会 清嶺地 岬琴先生 10:00～11:30 無料 見学/体験 会員さんと一緒に書いてみよう♪ いつでもOK	午前 一般教養科目 10:30～12:00 「美しい日本のうた 秋風コンサート」 童謡歌手 田中久美子・美也子姉妹 ピアノ 宮川 真由美 「旅愁・里の秋・赤とんぼ・いのちの歌など」 メイン会場 集会室 席に限りがありますので 各部屋へ オンラインにてライブ配信します
作業訓練室②	クラフト・ワークショップ 手芸ボランティア いつでも 12:10～12:20 無料 参加OK クイリングで可愛いポチ袋を作ろう♪	
集会室	体操 講師と一緒に体を動かそう 健康体操 上 真理子先生 10:00～11:10 無料 見学/体験 “からだに関する10の質問” いつでもOK 自分のからだを知って! からだを動かそう! 太極拳 講師と一緒に太極拳にチャレンジ! 太極拳同好会 棚橋真由美先生 11:20～12:30 無料 見学/体験 元全日本チャンピオンと いつでもOK 会員さんと一緒に太極拳を体験しよう!	午前 一般教養科目 10:30～12:00 「美しい日本の歌 秋風コンサート」 童謡歌手 田中久美子・美也子姉妹 ピアノ 宮川 真由美 「旅愁・里の秋・赤とんぼ・いのちの歌など」 オンライン ライブ配信 集会室の秋風コンサートを楽しもう!
視聴覚室	カラオケルーム 通信カラオケで歌いましょう 入室は5名まで♪	
作業室	クラフト・ワークショップ 手芸ボランティア いつでも 13:10～15:00 無料 参加OK 何を作ろうかな? いろいろチャレンジ! いろいろチャレンジ!	午前 一般教養科目 10:30～12:00 「美しい日本の歌 秋風コンサート」 童謡歌手 田中久美子・美也子姉妹 ピアノ 宮川 真由美 「旅愁・里の秋・赤とんぼ・いのちの歌など」 オンライン ライブ配信
教養娯楽コーナー	軽スポーツ スカットボール 10:00～12:00 いつでも参加OK♪	エアロバイク・ストレッチボード・ステッパー を使ってみよう♪ エアロバイクの講習会を31日(木)に開催します。
玄関ホール	講師によるエアロバイク講習会&トレーニング相談 11:20～12:00 無料 エアロバイクの正しい使い方講習会!	受講後年間500円で利用し放題!! ※通常エアロバイクは、講習受講者しか利用できません 10:00～15:00 無料
玄関ホール	体の気になる部分のトレーニング 相談会 上 真理子先生 13:00～13:40 無料	専門科目 講師 宇都宮正芳先生 パソコン&スマホをもっと知ろう科 13:00～15:00 ※事前申込要 受講者と一緒に自分のスマホで 講座を体験しよう♪
社会適応室	スマホ講座 講師による スマホ相談会 ①13:00～②13:40～③14:20～ (各6名) 大人気! スマホ講座 山本聖也先生 による スマホの困ったを解決しよう! ※事前申込要 無料	専門科目 講師 浜口朋子先生 材料代 600円 ものづくりを楽しんでみよう科 13:00～15:00 ※事前申込要 受講者と一緒にポーセリンペイントで オリジナルマグカップを作ろう♪
作業訓練室	軽スポーツ ポッチャにチャレンジしよう! 13:30～15:00 無料 いつでも参加OK	専門科目 講師 上村輝美先生 笑顔で体操しよう科 12:45～14:45 見学/体験 受講者と一緒に体操や いつでもOK ストレッチ・筋トレにチャレンジ♪
集会室	体操 講師と一緒に体を動かそう 健康体操 上 真理子先生 13:50～15:00 無料 見学/体験 “簡単な体力測定” いつでもOK ストレッチでからだを動かそう♪	カラオケルーム 通信カラオケで歌いましょう 入室は5名まで♪
視聴覚室	カラオケルーム 通信カラオケで歌いましょう 入室は5名まで♪	クラフト・ワークショップ 手芸ボランティア 13:10～15:00 無料 何を作ろうかな? いつでも いろいろチャレンジ! 参加OK
作業室	クラフト・ワークショップ 手芸ボランティア 13:10～15:00 無料 何を作ろうかな? いつでも いろいろチャレンジ! 参加OK	クラフト・ワークショップ 手芸ボランティア 13:10～15:00 無料 何を作ろうかな? いつでも いろいろチャレンジ! 参加OK
教養娯楽コーナー	軽スポーツ スカットボールにチャレンジ! 13:30～15:00 いつでも参加OK♪	軽スポーツ スカットボールにチャレンジ! 13:30～15:00 いつでも参加OK♪