

# 号外

# スマイル通信

令和3年11月1日発行  
発行：NPO法人  
ホームスイートホーム  
彦根市南老人福祉センター

## クラブ体験会 開催します。是非ご参加を！

当センターには、シニア世代が輝ける「居場所」と「出番」の一つにクラブ活動があります。現在、10団体のクラブが活動中です。

**予約不要**です。関心・興味のある方はお気軽にご参加下さい。体験後、そのまま入会していただくことも可能です。



令和元年展示会での切り絵体験コーナーの様子

### 体験会を実施するクラブ

**参加費無料**

| 内容                     | クラブ名    | 開催日時                                      | 持ち物など  |
|------------------------|---------|---|--|
| 切り絵<br>(自作の切り絵を楽しむ)    | 切り絵クラブ  | 11月22日<br>11月29日<br>12月13日<br>10:00~11:30 | ※簡単な図案の切り絵の体験です。事前にご予約下さい。当日参加も可能、材料がなくなれば終了します。手拭きを持参下さい。 |
| 健康体操<br>(金亀体操ほかで健康を保つ) | にこにこクラブ | 11/1~12/20<br>毎週月曜<br>13:30~15:00         | 見学だけでもOKです。  |
| 自彊術<br>(自彊術で体力づくり)     | パセリ     | 11月24日<br>12月1日・8日<br>9:30~11:00          | 1回につき5名まで可能です。バスタオル又はマット、飲物                                |
| ヨガ<br>(リフレッシュヨガ)       | ヨガクラブ   | 11月24日<br>12月8日<br>13:30~14:30            | 1回につき5名まで可能です。ヨガマット・タオル・飲み物<br>ブランケット(必要な方)                |
| パソコン<br>(パソコン技術の習得)    | パソコンクラブ | 11/2~12/21<br>毎週火曜<br>13:30~15:30         | 見学だけでもOKです。<br>ノートパソコン                                     |
| 大正琴<br>(大正琴の練習)        | 大正琴いなほ  | 11月4日・18日<br>12月2日・16日<br>9:30~11:30      | 見学だけでもOKです。  |
| ハーモニカ<br>(ハーモニカの練習)    | コスモス    | 11月1日・15日<br>12月6日・20日<br>10:00~11:15     | 見学だけでもOKです。<br>ハーモニカ                                       |
| カロム<br>(カロムで認知症予防)     | カロムことぶき | 11/2~12/21<br>毎週火曜<br>9:30~11:30          | 活動日いつでも見学OKです。   |

申込・問い合わせ：彦根市南老人福祉センター TEL 43-6700

