



① 4/17 (木)「アフリカの楽器カリンバで楽しもう」～脳トレにもなる演奏体験～
講師：川端敦子さん 協力：スマイルカリンバ三木（7名）



きれいな音色の楽器です♪

スマイルカリンバ三木のみなさんによる演奏ではじまりました(#^^#)
「エーデルワイス」などの演奏がはじまると、自然と受講生からハミングが流れ出し…とても癒されました♪ 体験曲は「チューリップ」「よろこびの歌」「ハッピーバースデー」でした。



② 5/27(火)「フレイル予防で楽しくのぼそう健康寿命」～めざせ100才！健康寿命～
(高齢者教室合同) 講師：吉田直子さん 協力：ファンファンミュージック(7名)

早口言葉や歌、クイズありと色々な実践を交えながら分かりやすく説明していただきました。お口の健康（誤飲防止など）に効く早口言葉「パ・タ・カ・ラ」等で楽しく健康長寿を延ばしていきましょう。



③ 6/12(火)「ペーパークイリング」 講師:奥野津英子さん 補助:小池博子さん



線に沿って紙を丸くカットし、専用の道具で紙をクルクル巻いていくとお花の出来上がりです♪
たくさん紙をカットするのが大変でしたが、お話をしながら・・・楽しく出来ました。



④ 10/28(火)「館外研修」 たつの市・姫路市
～うすくち龍野醤油資料館・井戸糺製作所・クラテラスたつの(昼食)・ヤマサかまぼこ～



「うすくち龍野醤油資料館」館内を案内していただきました(^.^♪

「井戸糺製作所」糺についてのお話の後、室を見学しました。



「クラテラスたつの」で発酵ランチを堪能♪
お買い物と記念写真(#^^#)



たつの市では徒歩で移動しました。

⑤ 12/11(木) 「苔を使った冬の寄せ植え」 講師:田中美鈴さん



苔と赤玉土で土の表面をお化粧♪
苔の水やりに注意してくださいね。

- 花材:万両
- ギョリュウバイ
- シクラメン
- ピオラ
- クリスマスローズ
- 葉ボタン
- リュウのヒゲ
- 苔
- 赤玉土



⑥ 1/15(木) 「イキイキ長寿」～生きがい10話～ 講師:春川政信さん (高齢者教室合同)



心に残るお話
で…知っている
ようで知らない
ことも多く、色
々と学ぶことが
できました。



身近な生活の中でのお話を楽しんでいただきました。



⑦ 2/5(木) 仮「みんなで楽しく歌おう♪」 講師:藤原みゆきさん (茶話会)



「冬景色」「豆まき」「東京ブギウギ」「愛燦
燦」「虹と雪のバラード」などを歌いました♪



小学唱歌と童謡の違いや曲の時代背景なども教えて
いただき楽しく歌うことが出来ました♪