



高齢者活動センターは60歳以上の千代田区民の方がご利用対象です。

本誌掲載事業にご参加の際は、利用登録が必要です。

(住所・年齢確認のため、保険証等をお持ちください。)

※申込みが必要なものは、本人が直接お申し込みください。

お問い合わせ・お申込み先

☎3265-1161

FAX 3265-1162

✉ kagayaki@chiyoda-cosw.or.jp

かがやき大学
多世代交流学科 夏期講座

ちよだで多世代交流

ちよお
Ciao!

つくってあそぼう パペットの世界



パペットとは、あやつり人形のこと。

好きな布やボタンを選んで、自分だけのパペットを作りましょう！

講師による、パペットシアターも上映します。

【日時】8月26日(水)午後2時～3時

【会場】かがやきプラザ1階 ひだまりホール

【定員】20名(申込み順)

【対象】高齢者活動センターの利用登録をされている方

【講師】特定非営利活動法人 種のアトリエ

【申込み】電話・FAXまたは窓口で

※当日は事前に講師が撮影した「パペットシアター」と、パペットの作り方の映像を上映します。(講師の登壇はありません)

予告

令和2年度 かがやき大学後期



「かがやき大学

～DVD 特別講座～」

令和2年度かがやき大学後期の講座は、新型コロナウイルスの感染拡大防止の観点から、対面かつ大人数で集まることを避け、DVD頒布という形式での開催といたします。

※DVDの申込受付は10月上旬を予定しております。詳しくはのぞみ10月号(9月23日(水)発行予定)をご覧ください。



自宅でチャレンジ!なんでもトライ!

盆踊り配信中

「自宅でチャレンジ!なんでもトライ!」では、ご自宅でお楽しみいただける企画をホームページにご用意しています。脳のトレーニング(漢字や計算)、筋力トレーニングやマッサージの方法、折り紙や工作などをご覧ください。

8月は特別に解説付きの盆踊りの動画を配信いたしました。ぜひ、自宅でたのしく踊ってみてください!

<高齢者活動センターホームページ>

[QRコード]

<https://www.chiyoda-cosw.or.jp/stayhome/>



ここを押す
(クリックする)



看護師(若林)からひとこと

体操で気持ちよく体をほぐしていきましょう。

「ラジオ体操第1・第2」は年齢を問わず、老若男女どなたでも気軽に行えますので、ぜひ生活の中に取り入れることをおすすめします。



[Eテレ] (毎日) 午前6:25~放送

映像サロン

「むかしの日本を見てみよう」

むかしの暮らしやむかしの道具
日本各地の風景など
懐かしい映像を一緒に見てみませんか?

※申し込みが必要です

日時: 9月7日(月)~昔の暮らし編~
28日(月)~昔の道具編~
午後1時30分~2時30分

会場: 1階ひだまりホール

定員: 20名(申込順)

参加費: 無料

申込み: 電話・FAXまたは窓口で



おりがみ講習会

「うさぎ」

耳がピンと立って
まん丸の顔が可愛い
うさぎです。



日時: 9月17日(木)
午前10時30分~11時

会場: 4階 活動室2

定員: 10名(申込順)

参加費: 100円(材料費)

申込み: 電話・FAXまたは窓口で



「かがやきプラザ 高齢者活動センター」は千代田区社会福祉協議会が運営しています。

