

2014年
8月

みんなのサロン

ゆくり庵
yukurian

8月
プログラム



月曜	火曜	水曜日	木曜日	金曜日	土曜	日曜	
		☆利用を希望する場合は、藤沢市の指定する「利用申請書」にご記入いただきます。 ★プログラムに参加しない場合は、利用料のみでお過ごしいたできます。 ☆プログラム参加の予約は必要ありません。(特別プログラムは予約制です。) ★藤沢市外在住の方、要支援・要介護認定を受けている方は、事前にご相談下さい。		1 (金) 健康マージャンはできません 初心者マージャン 10:00-15:00	2	3	
4	5	6 (水) 健康マージャン 10:00-15:00 かわせみ体操 10:00-12:00 水墨画 13:00-15:00	7 (木) 健康マージャン 10:00-15:00 俳句 10:00-13:00 習字 13:00-15:00	8 (金) 健康マージャンはできません 映画 (洋画) ドクトルジバコ 10:00-13:00 写経 13:30-15:00	9	10	
11	12	13 (水) 14 (木) お盆休み		15 (金)		16	17
18	19	20 (水) 健康マージャン 10:00-15:00	21 (木) 健康マージャン 10:00-15:00 習字 13:00-15:00	22 (金) 健康マージャンはできません 初心者マージャン 10:00-15:00 みんなで歌おう 13:00-15:00	23	24	
25	26	27 (水) 健康マージャン 10:00-15:00 そば作り 11:00-15:00 和風小物づくり 10:30-15:00 (※吊るし雛の作成は予約して下さい)	28 (木) 健康マージャン 10:00-15:00 編み物 11:00-15:00 俳句 13:00-15:00 朗読 13:00-15:00	29 (木) 健康マージャンはできません かわせみ体操 10:00-12:00 映画 (邦画) 幸福の黄色いハンカチ 10:00-12:00 映画 (洋画) オーケストラ 13:00-15:00	30	31	

みんなのサロン ゆくり庵 問合せ : 0466-24-9880

企画運営: 認定NPO法人 藤沢市市民活動推進連絡会

2014年 8月 プログラムの内容

みんなのサロン ゆくり庵 yukurian

※材料費等は
実費の負担を
お願いします。

健康マージャン	かわせみ体操 (西澤先生)	昭和のメロディー (安岡先生)	手打ちそば実践教室 (小黒先生)
マージャンは健康によいとされています。仲間と一緒に楽しみましょう。	1日一度は体操をして、足腰をゆっくり動かしましょう。かわせみ体操は、藤沢市推奨の体操です。	懐かしい昭和の歌謡曲を皆で一緒に口ずさみましょう。	目の前で打ったそばをその場で茹で上げ、ゆっくりとおしゃべりしながらお昼をどうぞ。興味のある方は、そば打ち体験もできます。
初心者マージャン (近藤先生)	編み物 (佐々木先生)	和風小物作り (関根先生)	映画鑑賞会“邦画” (近藤先生)
若いときにマージャンに触れたことがないけれど、楽しそうだからチャレンジしたい皆さん向けのプログラムです。一人から参加できます。	今日は何を編みましょう。手持ちの毛糸で作るものが変わります。佐々木先生は、何でもできますよ。おしゃべりも最高。	来年に向けて“つるし雛”を作りましょう。「持ち物」糸・はり・はさみ ※和装生地をお持ちの方は是非持ち込んで下さい。	“幸福の黄色いハンカチ” 監督 山田洋次 出演者 高倉健・武田鉄也 倍賞千恵子・桃井かおり
フラダンス (大沼先生)	俳句 (金箱先生)	朗読 (阿部先生)	映画鑑賞会“洋画” (近藤先生)
先生の出張公演が続きますので、 7月と8月 はお休みさせていただきます。9月から又始めます。	五・七・五で季節を見つめましょう。普段の生活の中から、俳句を読むことを思って身の回りを見つめませんか。リフレッシュできますよ。	声を出して本を読むことで、健康を保ちましょう。ストレスはためないことが一番です。	“ドクトルジバコ” 監督 デヴィッド・リーン 出演者 オマル・シャリーフ ジュリー・クリスティー “オーケストラ” 監督 ラデュ・ミハイレアニウ 出演者 メラニー・ロラン アレクセイ・グシュコフ
みんなで歌おう (大竹先生)	水墨画 (鈴木先生)	習字 (三枝先生)	写経 (木下先生)
先生の伴奏に合わせて、童謡や懐かしい歌謡曲など、大きな声で、みんなと一緒に歌いましょう。	墨は文字を書くためだけのものではありません。大胆に濃淡をつけて自己表現を楽しみましょう。	のびのびとふと筆を使って大きく字を表現しましょう。墨の香りは、気持ちが落ち着きます。	写経は技術ではありません。心も体もリラックスして挑戦しませんか。