

# 多世代で集う地域交流スペース ミクスチャーハウスえんだより

2016  
10

## ミクスチャーハウスえん 地域交流スペース OPEN!

おかげさまでミクスチャーえん地域交流スペースをオープンすることができました。誠にありがとうございます。公開講座を開催しています。皆様のお越しお待ちしております。

**参加者募集!**

### ミクスチャーハウスえん 栄養教室

講師：大分県栄養士会 上田由美先生

日時：毎月最終金曜日 10:00~13:00

受講料

¥1200 (会員)

¥1700 (非会員)

定員

10名程度

栄養・料理について講話の後、料理をして一緒に食べます。

第2回 10月28日(金) 生活習慣病(ダイエット)予防 締め切り 10月21日(金)

第3回 11月25日(金) レンジを使ってクイック料理 締め切り 11月18日(金)

第4回 12月16日(金) クリスマス料理又は簡単おせち 締め切り 12月9日(金)

※各自 お米1合、エプロン、三角巾、手ぬぐい、筆記具をお持ちください。

※1週間前までに FAX またはお電話でお申し込みください。

※キャンセルの場合、2日前までに連絡がないときは後日キャンセル料1000円を頂きます。欠席の場合は必ずご連絡ください。



### ハッピーエンディングのための アクティブ終活スクール

第2クール 10/18 10/20 11/8

行政書士コリンズ法務事務所：坂本 圭士郎

#### 「相続と遺言」

- 5 ①知らないと損する！相続のお話
- 6 ②知っておきたい「任意後見制度」と注意点～
- 7 ③実際に有効な遺言書を書いてみましょう

スマイルゆい代表：古村 久美子  
「介護が必要になったら…!？」

- 8 ①在宅で受けられるサービス
- 9 ②施設・有料老人ホーム  
・サービス付き高齢者向け住宅の違い

場所：ミクスチャーハウスえん2階

開催日程：9月～11月 14:00～15:30

時間：1講座 約90分

受講料：1クール：¥1,000 (会員)  
¥2,000 (非会員)

第3クール 11/15 11/17

判田台会館：備庵、茶屋元崇行  
イマドキ葬儀の事例研究

- 10 ①ご葬儀はもっと自由にデザインできる
- 11 ②理想のエンディングプラン & 模擬葬
- 12 ③遺骨の私はここで眠る。納骨アラカルト

問い合わせ・連絡先：090-7396-2632 (ふるむら)

# ミクスチャーハウスえん～地域交流スペース～ オープン

ミクスチャーハウスえん地域交流スペース、お陰様で無事オープンしました。8月22日の見学会には多くの皆様にお越しいただき、誠にありがとうございました。軽食ですが、ご提供もさせていただきました。また、写真ボランティアの方にも終日写真撮影をしていただき、後日無料でお配りしました。体操の体験、麻雀のデモンストレーションなど・・・多くの方に興味を持っていただけたかと思えます。各種講座に引き続き、公開講座もスタートしました。「終活スクール」では認識を新たにしていだけたかと思えます。これから本格的にお話が始まります。お申込みお待ちしております。元気なうちに情報を得て、健康寿命を延ばすべくこの地域交流スペースに集いませんか。



## 【楽しい暮らしの書道(三重野峰翠先生)】



生活に役立つ書を楽しくおけいこしています。皆さん、字を書くのがとても楽しそうです。ご自分のペースで書いていらっしゃいます。

月2回 月曜日(13:30~15:30)



## 【健やか体操教室(渡辺和代先生)】

ストレッチ、筋トレ、有酸素運動・・・年齢に合わせた運動を先生の絶妙なトークとともに進めていきます。体によい耳寄りな情報も聞けます。みんなで軽快な音楽にのってやるとやる気が満々になります。



月3回 第1、2、4木曜日(10:00~11:00)

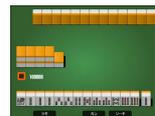


## 【健康麻雀】

若いころにやっていたという皆さん。適度に競争心を持って楽しく卓を囲んでいます。初心者大歓迎です。

毎週金曜日(14:00~16:00)

※火曜日の午後の参加者、募集中。



## 【リコーダー教室(得丸名代子先生)】

小学生が参加しています。大人の方の参加をお待ちしています。簡単な楽器です。練習してみんなで合奏すると楽しいと思います。

月2回 第2、4水曜日(15:00~16:00)





# みなさんが楽しく集い、お元気でられますように・・・

ミクスチャーハウスえんでは、地域交流スペースを設け、会員制による中高年の仲間づくり・生きがいづくりの場をご提供します。行政の枠を超えて、子どもさんから高齢者まで利用できるように考えています。スタッフ共々お待ちしております。どうぞご利用ください。

2016

10月

日	月	火	水	木	金	土
『公開講座』 ☆終活スクール・・・14:00～15:30 ★栄養教室・・・10:00～13:00						1 
2	3 ○書道教室 ▲古典	4	5	6 ●健康体操	7 ◎健康麻雀	8
9	10	11	12 △リリ-ダ-教室	13 ●健康体操	14 ◎健康麻雀	15
16	17	18 ☆終活スクール	19	20 ☆終活スクール	21 ◎健康麻雀	22
23	24 ○書道教室	25	26 △リリ-ダ-教室	27 ●健康体操	28 ◎健康麻雀 ★栄養教室	29
30	31	○書道教室(13:30～15:30) ●健康体操(10:00～11:00) ◎健康麻雀(14:00～16:00)		△リリ-ダ-教室(15:00～16:00) ▲古典(16:00～17:00)		



## INFORMATIONS



### 『会員になってサークルに参加しませんか?』

対象者：大人ならどなたでも。地域も問いません。  
お一人で来られる方。

年会費：10,000円(4月～3月)(小学生は年会費無料)

★月々1,000円のところ一括納入で2,000円割引

入会金：1,000円

★10月までご入会の方は入会金免除

年会費7,000円のところ半額の3,500円の特典があります。

※講座によっては別途費用がかかる場合もあります。ご確認ください。



### 『スマイルゆいと地域づくり』

今後の予定です・・・

“えん”では協働食事・共食にも取り組んでまいります。  
また、各種講座の指導者も募集しています。「パソコン」  
「楽器の指導」など、腕に覚えのある方、ぜひご参加ください。



お問い合わせ・主催

大分市敷戸西町1-3 有限会社スマイルゆい (古村まで)  
TEL: 090-7396-2632 FAX: 097-504-7848  
E-mail: furumura@wonder.ocn.ne.jp