

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**

2017  
 12

## 楽しかった国東日帰り旅行



11月16日(木)待ちに待った国東日帰り旅行の日がやってきました。



集合は8:20でしたが、皆さんも楽しみにされていたのか、早めに集合され出発。天気にも恵まれて、別府湾を眺めながらジャンボタクシーはゆっくり北上していきました。



真木大堂・富貴寺・川中不動と巡り、古の人の仏教信仰に思いを馳せました。川中不動は初めてでしたが、穏やかな川の中に不動さんが彫られていて和みました。富貴寺は「ひょっとしたら今年は紅葉が早くなっているかも??」と勝手に賭けをして出向きました。結果は・・・負け・・・まだ緑色でした。



昼食は豊後高田市内の10割ソバ屋さんで食べました。豊後高田市はソバが有名。とても美味しかったです。



昼食後は、昭和の町をタクシーでぐるりとして、田染の荘へと向かいました。





ミクスチャーハウスえんで月2回あったカフェを開いてくれている戸伏さんのカフェ「御堂園(みどの)カフェ」に行ってきました。1階も2階もとても素敵で、やはり古民家はほっとします。

マコモ(真菰)茶とケーキのセットをいただきました。



おいしいい〜

ここでちょっと豆知識



マコモの健康促進効果  
1.毒性・副作用なし 2.血圧を下げる作用 3.ホルモン分泌の作用  
4.免疫力を強化 5.血液の浄化 6.悪性腫瘍の増殖を抑える  
7.血糖値の低下  
マコモは最強のデトックス&免疫力アップなんです



↑ 真木大堂に向かう途中寄り道



↑ 「かかし」本物みたいですよ



↑ 昼食のおソバ屋「蕎麦」



↑ 川中不動



↑ 紅葉前の木(笑)



↑ みんなで記念写真



また来てね





## 花育～フラワーアレンジメント～

先月号でお知らせした「花育」のお試し講座が11月20日(月)に開かれました。  
7名が参加の元、先生が用意された材料をテキパキと個性豊かにアレンジしていきました。出来映えは、どなたのも素晴らしい!!  
今後は月1回開催予定です。  
次回は12月18日(月)14:30～です。お電話または来所された際に申込用紙にご記入ください。  
参加受付締め切りは12月14日(木)です。



参加費は500円です

来年1月からは正式に開講になりますので、受講登録をお願いいたします。



## クリスマス会のお知らせ

### 12月19日(火) 11:30～13:30

今年もささやかですが、クリスマス会を開催します。当日は・・・

- 10:15～11:15 音楽とシナプソロジー
- 11:30～13:30 クリスマス会
- 13:40～ 健康麻雀

都合により、通常の教室の合間に開催させていただきます。ご理解ください。

場所：ミクスチャーハウスえん2階  
費用：500円(弁当代)

ビンゴゲームで楽しみましょう



### 花育に受講登録します

氏名

### クリスマス会に参加します

氏名

準備の都合がありますので、12月14日(木)までに申し込みをお願いします。

# 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。

2017

12月

日	月	火	水	木	金	土
					1 ◎健康麻雀①	2
3	4 ■あったカフェ	5 ◎健康麻雀②	6 ◎健康麻雀③ △リリ-ダ-教室	7 ●健康体操	8 ◎健康麻雀① □音楽	9
10	11	12 ◎健康麻雀②	13 ◎健康麻雀③	14 ●健康体操	15 ◎健康麻雀① ○書道教室	16
17	18 ■あったカフェ 「花育」	19 クリスマス会 ◎健康麻雀② □音楽	20 ◎健康麻雀③ △リリ-ダ-教室	21 ●健康体操	22 ◎健康麻雀① ○書道教室	23 天皇誕生日
24/31	25	26 ◎健康麻雀②	27 ◎健康麻雀③	28	29	30
○書道(10:30~12:30) ◎健康麻雀①(13:00~17:00) □音楽(11:00~12:00) ●健康体操(10:00~11:00) ◎健康麻雀②(13:30~16:00) △リリ-ダ-(15:00~16:00) ◎健康麻雀③(13:00~15:00) ■あったカフェ(13:00~15:00)						

## 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。

会費：月々1,000円(小学生は会費無料)

入会金：1,000円

※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

大分市数戸西町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

