

★★ 10月のイベント情報 (ご本人はもちろんご家族だけの参加もどうぞ、 誰でもマークはどなたでも参加していただけます。)★★

大人の身だしなみ講座「ビューティーセミナー」

POLA美容ボランティアサービスによる大人の身だしなみ講座を開催します。フルメイクを通して、新しい自分を発見しませんか？プロから楽しく学べるビューティーセミナーで、笑顔溢れる時間を一緒に過ごしましょう。

- 日 時：10月16日(木) 14:00～15:30
- 講 師：長尾 貴子 先生(POLA美容ボランティア)
- 場 所：福祉プラザ(集会室)
- 参加費：無 料 ■定 員：15名
- 締 切：10月10日(金)

大人の身だしなみ講座



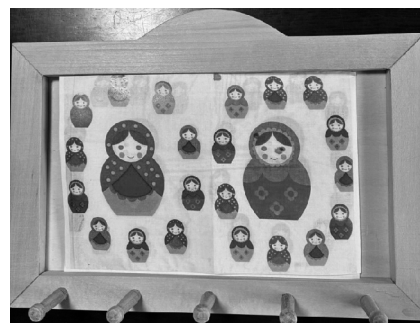
★★ 11月のイベント情報 (ご本人はもちろんご家族だけの参加もどうぞ、 誰でもマークはどなたでも参加していただけます。)★★

ものづくり講座「ステンシルで仕上げる鍵BOX」

加藤志保美さんを講師にお迎えし、マトリョーシカがトールペイントされた、とってもかわいい鍵BOXを作ります。仕上げにステンシルを施して、自分だけのオリジナル作品を作りましょう。

- 日 時：11月5日(水) 13:30～15:00
- 講 師：加藤 志保美 先生
- 場 所：福祉プラザ(集会室)
- 参加費：1,650円 ■定 員：4名
- 締 切：10月22日(水)

▶イメージ図

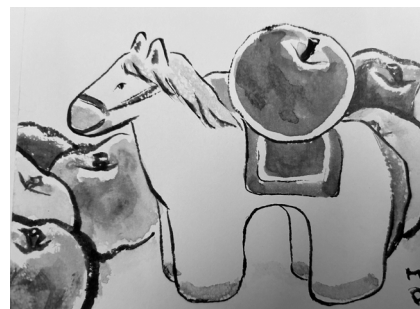


絵手紙講座「年賀状に思いを込めて」

恒例の絵手紙講座を開催いたします。小山内道子先生のご指導のもと、干支の『うま』を題材に、心温まる年賀状を作りませんか。個性あふれる作品で、お世話になった方へ感謝の気持ちを伝えましょう。

- 日 時：11月12日(水) 13:30～15:00
- 講 師：小山内 道子 先生(NHK講座講師)
- 場 所：福祉プラザ(集会室)
- 参加費：300円
- 締 切：11月5日(水) ※汚れても良い服装でお願いします

▶イメージ図



★★★毎月のイベント情報★★★★★★★★★★★★★★

10月のパソコン教室

10月のパソコン教室は『パワーポイント入門』と『図の使い方』を学びます。見やすい資料作りに役立つ基本操作から図の活用法まで、初心者の方も安心の講座です。

■日時と内容

- 10月12日(日)「パワーポイント入門」
- 10月19日(日)「パワーポイント図の使い方」

両日 13:30～15:30

■場 所：福祉プラザ(会議室)

■参加費：無料(テキスト希望の方は110円)

■申し込み期間：10月1日～7日(定員5名)



11月のパソコン教室

11月のパソコン教室は実用的なテーマ。数字を分かりやすく見せる『グラフを作ろう』と、年賀状シーズンに役立つ『住所録をつくる』の講座を開催します。

■日時と内容

- 11月9日(日)「グラフを作ろう」
- 11月16日(日)「住所録をつくる」

両日 13:30～15:30

■場 所：福祉プラザ(会議室)

■参加費：無料(テキスト希望の方は110円)

■申し込み期間：11月1日～7日(定員5名)



どなたでも
参加できます

手話教室



- 日 時：10月18日(土) 10:30～12:00
- 11月15日(土) 10:30～12:00

■場 所：福祉プラザ(集会室) *申込は不要です。

自分の名前や挨拶など、基本的な手話を学んでいます。初めての方や一般の方も大歓迎です！一緒にチャレンジしてみませんか？

※中学生以下の参加はご遠慮願います。

ピアカウンセリングについて

ピアとは「仲間」という意味です。同じ障がい者の立場で悩みやお気持ちをお聞きします。茶話会のようにお茶を飲みながら気軽にお話しませんか？

個別相談となりますのでご予約のうえご相談ください。

■10月18日(土) 15:30～16:00

■11月15日(土) 15:30～16:00

・肢体障がいピアカウンセラー 堀内 一芳

・聴覚障がいピアカウンセラー 加藤 雅清

