

## さくら体操の会(教会)

高齢者の方の介護予防と健康維持。

とき：毎週火曜日 10:00~

ところ：セブンスデーアドベンチスト小金井キリスト教会

(梶野町 3-14-15)

参加費：無料

問合せ先：0422-88-0090(石田)



小金井の名所と町名が覚えられる口腔体操から始まります。教会の広い1室をお借りして、皆さんバレリーナのように手足を伸ばしていました。

R6. 1/16(火)見学

## 美術クラブ

絵画(色鉛筆、水彩画など)や工芸(消しゴム落款印など)の制作を通して楽しくかつ技能の向上を目指す集いの場です。

とき：毎週木曜日(月3回)

① 9:10~10:30 ② 10:40~12:00

ところ：東町友愛会館

参加費：無料

問合せ先：042-386-6514(東地域包括支援センター)



消しゴム篆刻をする方、絵手紙を書く方、人物画、静物画に取り組む方。

優しい先生のもと、皆さんが自由に、集中して、楽しんでいる和やかなサロンでした♪

R6. 1/18(木)見学

