



ミニ会報 リブラーン

No.12

令和4年8月20日

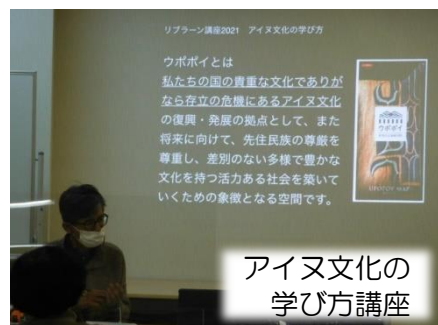
★9月1日（木）9時から9月受付講座の受付が始まります！詳細は『SORA9月号』に掲載しております♪



日本語再発見講座



ポセラーツ講座



アイヌ文化の
学び方講座



オノディの地球の歩き方講座

★『基礎からはじめる手話講座』は10月1日（土）10時30分から全5回とし、再募集します！

コミュニケーションの輪、活躍の場が広がるような、日常生活で役に立つ手話を基礎から学びます。

前年の講座の最後には、「赤鼻のトナカイ」を歌いながら、手話ができるようになりました♪

皆さんの受講を、お待ちしております！！



カラー図版で読み解く
『源氏物語』入門講座



★講座によっては、途中から受講することもできますので事務局でご確認ください！

リブラーンのホームページにも掲載していますので
ご覧になれる方はそちらもご覧ください。
裏に日程表がありますのでご覧ください♪



裏へつづく



9月実施講座の日程をお知らせします。

※ 詳細は事務局にお尋ねください。

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
午前						足裏④ 10:00~	リズム夏⑥ 10:30~		ソープ② 10:00~	
午後			オカリナ⑥ 13:30~			卓上織機① 13:30~	書道① 13:30~		麻雀⑤ 13:30~	
夜間	太極拳② 18:30~	ヨガ夏⑨ 18:30~						太極拳③ 18:30~	ヨガ夏⑩ 18:30~	
	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
午前			童謡⑤ 10:30~	リズム夏⑦ 10:30~		サロン和柄① 10:00~	ポッチャ⑥ 10:00~			ラフター⑤ 10:30~
午後			チーズ③ 12:30~	麻雀⑥ 13:30~		生け花④ 13:30~	オカリナ⑦ 13:30~		敬老の日	卓上織機② 13:30~
夜間				簡単運動⑩ 18:30~	太極拳④ 18:30~					
	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金
午前	リズム夏⑧ 10:30~			ポッチャ⑥ 10:00~			サロン和柄② 10:00~	パステル③ 10:00~		リズム夏⑨ 10:30~
午後	書道② 13:30~		秋分の日						滝川探訪① 13:30~	
夜間		太極拳⑤ 18:30~							太極拳⑥ 18:30~	

【スタッフのひとり言】

『自分でできる足裏マッサージ講座』について紹介します！講師は“日本若石マスターズスクール認定講師”大和裕美先生です！第1回目は揉み方やツボを一通り教えてくださいました！とても丁寧でわかりやすかったです♪

足の揉み方と一言でいっても、手を全体的に使ったり、人差し指の第2関節を使ったりと何通りかの手の使い方があったり、揉む方向、ツボ、姿勢などがあり、『奥が深いな』と思いました。

最初に首が回る限度を覚えておいて、その箇所に関係するツボを押してみたところ、受講者のみなさんが驚くほど、最初より首が回っていました！！

一般財団法人 滝川生涯学習振興会

(担当:我 妻)



シンボルマーク

〒073-0033

北海道滝川市新町2丁目6-1

(滝川市中央児童センター内)

TEL:(0125) 23-0294

FAX:(0125) 23-0292

メールアドレス:livelearn@nifty.com

〔ホームページ〕 <http://livelearn.sakura.ne.jp>