









2024.4月

～SBS学苑～
機能訓練プログラムカレンダー

1講座 **350福**
13:30～15:00

月 MON 火 TUE 水 WED 木 THU 金 FRI 土 SAT 日

| | | | | | | |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <p>1</p>  <p>かんたんストレッチ 座ったままで カラダを動かしましょう 湯原一生 (SS CHIRO 静岡院 院長・健康管理士一般指導員)</p> | <p>2</p>  <p>うたごえタイム 懐かしいあの曲を アコーディオンとうたおう 鬼頭良久子 (JAA日本アコーディオン協会会員)</p> | <p>3</p>  <p>手工芸講座 季節の小物 松永昭子 (アトリエMatsunaga主宰)</p> | <p>4</p>  <p>書道 あてず、 ゆっくり丁寧に 山田松葉 (県書道教授会理事)</p> | <p>5</p>  <p>楽しい囲碁 初心者から 上級者まで 伊月 紘 (日本棋院六段)</p> | <p>6</p>  <p>語り継ぐふるさと 郷土史 おもしろ小話 南條忠義 (地方史研究会)</p> | 7 |
| <p>8</p>  <p>折り紙で作ってみよう 指先使って 認知予防に おりがみ先生 梨乃 (元介護福祉士)</p> | <p>9</p>  <p>楽しい音読 声にだして一緒に 読んでみましょう！ 村上裕子 (元SBSアウンサー 日本心理学会 認定心理士)</p> | <p>10</p>  <p>そば打ち おそばを打って、 おいしく食べましょう 藤枝そば打ち同好会</p> | <p>11</p>  <p>体操+折り紙=脳力貯筋 指先・体を動かし、 にっこり体感しましょう 青島美幸 (レクリエーション介護士2級・音楽健康指導士)</p> | <p>12</p>  <p>作って遊ぼう こいのぼり 村上裕子 (レクリエーション介護士2級)</p> | <p>13</p>  <p>楽しい歌 古い懐かしい歌や 季節の歌を歌いましょう 五條博子 (シャンソン歌手)</p> | 14 |
| <p>15</p>  <p>アロマリラックスヨガ アロマの香りの中で ヨガを行きましょう Emi (ヨガインストラクター)</p> | <p>16</p>  <p>うたごえタイム 懐かしいあの曲を アコーディオンとうたおう 鬼頭良久子 (JAA日本アコーディオン協会会員)</p> | <p>17</p>  <p>楽しい俳句 五七五で楽しもう 間島あきら (全国誌『風土』編集長)</p> | <p>18</p>  <p>アロマ講座 ハーブティーを 楽しみましょう 梶山智美 (AEA認定アロマセラピーインストラクター)</p> | <p>19</p>  <p>フラワーデザイン お花で 癒されましょう 原恵美子 (欧風花インスティテュート講師)</p> | <p>20</p>  <p>漢字ゲーム いろんな漢字を合わせる ゲームをしましょう 村上裕子 (レクリエーション介護士2級)</p> | 21 |
| <p>22</p>  <p>季節の和菓子 職人の技に 触れてみましょう 三浦和幸 (和菓子一級技能士)</p> | <p>23</p>  <p>リズムストレッチ 音楽に合わせて 楽しく体を動かしましょう 小林和佳子 (フィットネスインストラクター)</p> | <p>24</p>  <p>日本茶 山陰地方のお茶 杉本りつ子 (日本茶インストラクター)</p> | <p>25</p>  <p>ウェーブストレッチ ウェーブリングで 身体を伸ばしましょう 山下亜矢美 (ウェーブストレッチアドバンスインストラクター)</p> | <p>26</p>  <p>己書(おのれしょ) 筆ペンで味のある 文字を書いてみよう 赤羽良子 (己書公認道場師範)</p> | <p>27</p>  <p>歌とことわざ『あいうえお』 「あ」で始まる歌は？ 「い」で始まることわざは？ 村上裕子 (レクリエーション介護士2級)</p> | 28 |
| <p>29</p>  <p>楽しい歌 古い懐かしい歌や 季節の歌を歌いましょう 五條博子 (シャンソン歌手)</p> | <p>30</p>  <p>アロマ講座 認知症予防に 楽しくアロマケア 梶山智美 (AEA認定アロマセラピーインストラクター)</p> | <p>《メモ》  身体機能向上  認知症予防  嚥下言語訓練  笑顔で楽しむ</p> <hr/> <hr/> <hr/> <p>※諸事情によりやむを得ず講師・講座内容が変更になる事がございます。ご了承下さい。</p> | | | | |

医療法人社団凜和会

カーサフォレストアデイ 藤枝高洲

☎054(637)1210

藤枝市高洲1丁目13-3

