

# 大原きぼうの森館 だより

休館日：第3日曜日、祝日  
振替休日、月の最終日

**高齢者健康づくり  
ポイント事業!!**

**お仲間募集中!**

P  
ポイント

## おおはら寺子屋 公開講座

～脳と体のエクササイズを体験しよう～

日時： 7/20 (水) 10時～11時30分

講師： 嶋田病院 理学療法士

募集人数：(寺子屋受講生以外) 25名

参加費：無 料

※運動出来る服装、室内用靴、タオル、水分補給できるものをお持ちください。

※不織布のマスクを着用してください。

運動で体の健康を促し、頭で計算やしりとりをする認知症予防運動を体験しましょう。当日は椅子や背もたれを使い、誰にでもできる簡単な運動と脳トレをおこないます！お気軽にご参加ください。



## 教養講座

### 『スマートフォンの基礎・応用講座』

スマホの悩み…多いですよね～。操作方法がわからない！ネットはどうやって繋ぐ？などなど…

そんな方のために、分かりやすくやさしく学ぶスマホ講座をご用意しました。①基礎編では、インターネットの検索方法やWi-Fiの繋ぎ方を、②の応用編ではネット上のマップを使って目的地に行く方法やアプリのダウンロードの仕方を学びます。人気の講座です。お申し込みはお早めどうぞ！

日 時： 6/22(水)

①基礎講座 10時～10時50分

②応用講座 11時～11時50分

場 所：大原きぼうの森館 学習室1・2

講 師：ドコモショップ小郡

定 員：①、② 各10名(成人)

材料費：無 料

持参品：ご自分のスマートフォン  
筆記用具、水分補給できるもの  
不織布のマスクを着用してください



**高齢者健康づくり(介護予防)ポイント事業**とは、あらかじめ介護予防活動と認定された、市や校区コミュニティセンター等が主催の介護予防に役立つ活動や高齢者支援ボランティア活動(運営支援)に参加した65歳以上の方へポイントを付与する事業です。(ポイント対象事業のみ) ポイントカードは 市長寿支援課、コミュニティセンター、社会福祉協議会などで発行できます。1ポイント=100円で、年間の上限が5000円(口座振込)になります。ポイントをためながら楽しくいきいきと介護予防に励みましょう！

## マンスリー健康講座

### ～OHARA ダイエットクラブ～



コロナ禍で運動不足を感じているあなた！

ダイエットに興味があるあなた！ただ仲間とおしゃべりをしたい！そんなあなたのためのクラブです！



日 時：毎月第4金曜日 10時～11時

定 員：15名程度

参加費：無 料(材料費などは実費)

お持ち物：筆記用具、水分補給できるもの

## 「おおはらカフェ」に遊びに来ませんか？！

地域の皆さんの憩いの場、情報交換の場、活動の場にしたい！もっともっとふれあい、楽しい時間を過ごしたい!! 月1回集まってみんなで楽しく遊みましょう！

毎月第2土曜日 10時～12時

※参加費無料です。コロナ感染拡大防止の観点からお茶の提供は控えております。



## 大原校区協働のまちづくり協議会主催事業



### 「おおはら市場」はじまるよ～



皆様のご要望にお応えして、6月より大原きぼうの森館にて、買い物支援事業「おおはら市場」(直売所)を試行します。旬のお野菜や手作りの小物などを販売予定です！毎週木曜から土曜日に品物が並び予定です。

是非お買い物においでください。

※出品希望者も募集中です！詳しくは、大原きぼうの森館までお問合せください。



## 6月、7月の休館日

7月17日(日)

6月19日(日)

7月18日(月)

6月30日(木)

7月31日(日)

閉館日

お申込みは、大原きぼうの森館へ！

①電話・FAX (42) 6710

②右の2次元バーコードからHPにアクセスし、「お問い合わせフォーム」から申し込みができます。

※ご不明な点がございましたらお気軽にお問合せください。

