

## 学び、体操、交流で健康寿命をのばしましょう！

### サロン

#### —第6回そくさい会—

「音楽を楽しみましょう」

ピアノ演奏、歌、リズム遊びなど



講 師 高桑 智子 さん

日 時 10月28日（木）

午後1時30分～3時00分

対象者 概ね60歳以上

### 学び

#### —タブレットかふえ—

・スマホやタブレット、パソコンなど  
わからないところありませんか？  
講師がマンツーマンで教えます

講 師 まとめる専門家

松本 千尋 先生(香城寺)

日 時 10月14日（木）

午後1時30分～4時00分

### 学び

#### —老人クラブ高砂大学—

「日帰り研修(井波方面)」

※昼食付

日 時 10月21日（木）

午前9時まで交流センター集合

対象者 老人クラブ会員

会員にはチラシを別途案内配布します



### 交流

#### —石楠花の会—

「お薬 あれこれ」

講 師 渡辺 悦子 さん

日 時 10月8日（金）

午後1時30分～3時00分

対象者 石楠花の会員



※新型コロナウイルス感染症の状況によって、変更、中止させていただく場合があります。

### 脳トレ コーナー

☆ 病気・薬のことわざクイズ ☆

( )に言葉を入れてことわざを完成させてください。

① 風邪は( )病の元

② 一に看病二に( )

③ 医者薬も( )加減

④ 薬も過ぎれば( )になる

⑤ 薬より( )

⑥ 青葉は( )の薬

⑦ 早寝早( )病知らず

⑧ 良薬は口に( )し



各教室とも送迎あります。希望される方は、交流センターまでお申し込みください

新型コロナウイルス感染症対策のため、検温およびマスク着用をお願いします

【お申込み・お問合せ先】 西太美交流センター（平日 9:00～17:00）

TEL・FAX 0763-55-1126

メール [nishifutomi.kmn@gmail.com](mailto:nishifutomi.kmn@gmail.com)

脳トレの答え ①万 ②薬 ③匙 ④毒 ⑤養生 ⑥目 ⑦起 ⑧苦

裏面も  
ご覧ください