

## オルゴール教室

誰でも簡単に自分のオリジナルオルゴールが作れます。手先・指先を動かして老化予防にも！

2014年**10月6日(月)** 14:00~16:00  
アクラス倶楽部ハウス メインルーム

## アクラス健康チェック

血圧・体脂肪・骨密度…ちゃんと管理できていますか？専門の看護師が皆さんの健康チェックとアドバイス！そして健康体操も！

2014年**10月7日(火)** 14:00~16:00  
アクラス五条「アクラスフィット」

## 小物作り教室

不要になった布の端切れや衣服などを、巾着やお手玉などの小物へ。お茶でも飲みながら楽しくワイワイ作ってみましょう！

2014年**10月8日(水)** 14:00~16:00  
アクラス倶楽部ハウス メインルーム

## 講座：介護保険を知ろう

介護のプロ中のプロ(株)誠心の吉松社長が、知ってるようで知り得ない介護保険の正しい利用方法などをお教えします。

2014年**10月9日(木)** 14:00~16:00  
アクラス倶楽部ハウス メインルーム

## ワイヤーアートの世界

TVなどでも話題の吉田義文先生によるワイヤーアート。針金一本から作り出す卓越の技をご覧になりませんか？きっと感動される事請け合いです！

2014年**10月14日(火)** 14:00~16:00  
アクラス倶楽部ハウス メインルーム

## 高齢者のメイクアップ術講座

ご高齢者でもメイクは楽しみたいものですよ。  
おシャレなメイクのコツを覚えてみませんか？

2014年10月15日(月) 14:00~16:00  
アクラス倶楽部ハウス メインルーム

## 遊びリテーション

ご高齢の方、認知症の方、どなたでも参加自由です。いろんなレクレーションで遊びながら楽しい時を過ごしてみましよう。

毎週**水曜日**と**金曜日** 14:00~16:00  
アクラス五条「アクラスフィット」

## アクラスフィット無料開放デー

本格的な器具を使って身体を鍛えましょう。専門の指導員も見守りますので安全です。

毎週**火曜日**と**土曜日** 14:00~16:00  
アクラス五条「アクラスフィット」

その他、

音楽演奏会、出張落語会、茶話会など、今後も楽しいイベントを  
どんどん企画してまいります。

乞うご期待！