

# 「いろはカフェ」 定期開催

## 2018年11月のご案内

「いろはカフェ」では、何時までも元気で毎日を過ごせるよう、定期的（月1回）に簡単に出来る染め物・甘酒作り・季節の折り紙作りや専門家をお迎えしての出前講座、介護予防のための健康体操など、お茶を飲みながら笑顔あふれる楽しい催し物を開催しています。

### ● 11月のいろはカフェは、「折り紙教室」を開催します。

今回は、世界でたった一つ、お気に入りの折り紙をご自分にプレゼントしてみませんか。覚えた折り方でご家族の皆さんに作ってあげるのも良いかもしれません。指先を動かすことは脳の活性化にも繋がり、認知症予防としても取り入れられています。折り紙作りで楽しい一時を過ごしてみませんか。材料は当方で準備します。

是非、皆さまお誘いあわせの上、お茶飲みがてらお気軽にいらして下さい。健康体操・唱歌も予定しています。お待ちしております。

|  |                                |  |
|--|--------------------------------|--|
| テーマ  | <b>「折り紙教室」、他</b>               |  |
| 日時   | 平成30年11月22日（木）                 | 13時30分～15時30分  |
| 場所   | いろは事務所<br>〒300-0047 土浦市生田町7-18 |  |
| 参加費  | 100円                           |  |
| <b>【申し込み・問い合わせ】</b><br>11月19日（月）までにお電話にてお申し込みください。<br>TEL : 029-825-8168 TEL : 080-5499-1680 NPO法人 いろは<br>HP : <a href="http://www.corabono.com/group.php?mode=detail&amp;code=86">http://www.corabono.com/group.php?mode=detail&amp;code=86</a> |                                |  |