

お仲間募集中

健康で美しく、脳もイキイキ！を目指す60歳以上の方へ
元気になる魅力的な講座を開催しています！

県民カレッジ 夢パレットさが

シニアを楽しむ

健美脳サロン



重冨美佐子
フラワーデザイン講師

花は自分も周りの空気も明るくしてくれます。様々な植物を使って季節を感じる暮らしを愉しみましょう。



原田眞理子
おしゃれと健康のアドバイザー

「おしゃれの楽しみ方」「簡単ストレッチ体操」わいわい楽しい時間を提供します。



吉村麻沙美
チョークアーティスト

幅広い年代に「絵を書く楽しさ」を、お伝えしています。チョークアートの描き方を通して脳を活性化しましょう。



増本　恵
インテリアと建築の講師

住まいを楽しむ事をお伝えします。インテリア小物作り、カラーについてのワークショップなど楽しみましょう。



岡　寛子
英語で脳トレ

今の中学生が習う英語を楽しく優しく紹介。脳もお口もフル回転！



Java（ジャヴァ）
アコーディオン・歌・ピアノの演奏と指導

童謡・唱歌・フォークソング アコーディオン伴奏で一緒に歌ってリフレッシュしましょう！



あんこはなはな
あんこのお花講師

和スイーツあんこのお花、一緒に楽しく咲かせましょう！



井上　知子
紙バンド講師

楽しく手先を動かしてちょっとだけ脳トレしながら小物作りを楽しみましょう

【開催日】毎月第１・３水曜日(時々金曜日) 10：30~11：30
【場　所】佐賀商工ビル7階　市民活動プラザ会議室
【参加費】1回 500円＋材料費
【お問い合わせ】080-3943-4664（重冨）

講座開催情報は公式LINEで配信中⇒

LINE

R８年度　健美脳サロン　スケジュール

4月8日	(水)	オリエンテーション		9月23日	(水)	お楽しみ会inアバンセ★	
4月10日	(金)	原田	健康体操	10月7日	(水)	井上	紙バンド
4月22日	(水)	吉村	チョークアート	10月21日	(水)	吉村	チョークアート
4月24日	(金)	Java	歌声★	10月23日	(金)	Java	歌声★
5月8日	(金)	重冨	フラワー	11月4日	(水)	堤	あんこのお花
5月13日	(水)	重冨	フラワー	11月18日	(水)	岡	英語
5月22日	(金)	井上	紙バンド	12月2日	(水)	吉村	チョークアート
5月27日	(水)	増本	インテリア	12月4日	(金)	増本	インテリア
6月3日	(水)	原田	健康体操	12月16日	(水)	原田	健康体操
6月5日	(金)	原田	健康体操	1月6日	(水)	重冨	フラワー
6月17日	(水)	井上	紙バンド	1月8日	(金)	重冨	フラワー
6月19日	(金)	重冨	フラワー	1月20日	(水)	井上	紙バンド
7月1日	(水)	堤	あんこのお花	1月22日	(金)	Java	歌声★
7月15日	(水)	岡	英語	2月3日	(水)	お茶会	
7月17日	(金)	Java	歌声★	2月17日	(水)	岡	英語
8月5日	(水)	重冨	フラワー	3月3日	(水)	堤	あんこのお花
8月7日	(金)	重冨	フラワー	3月5日	(金)	井上	紙バンド
8月19日	(水)	増本	インテリア	3月17日	(水)	増本	インテリア
9月2日	(水)	原田	健康体操				

日時：毎月第1・3水曜日　10:30～11:30　（時々金曜日）
場所：佐賀市市民活動プラザ　（佐賀市白山　商工ビル7階）
★印は、アバンセにて開催