

「しなやかシニアの会」がスタートしたのは2000年でした。

漠然とした加齢への不安を抱くようになった頃、老化に手をこまねくのではなく、
楽しく輝き続けるために自分たちで手作りの活動をしようと進めてきました。

そのために、活動の拠点となる場所をさがし続けてきました。

活動の中での縁で、この度大津中央にある民家を借りることになりました。

「リュエルしなやか」

お披露目会

4月

ご案内

10日(木) 11日(金) 12日(土)

11時 ~ 16時

お披露目会 イベント



10日(木) 2:00から 詩吟の魅力



お腹の中から声をだし、身体中の筋肉を刺激し、正に心身の健康に最適。一度トライしてみませんか？

講師： 山川 滉孝 (関西吟詩文化協会 迪友西淀川支部 上師範)

♥ 講師他、数人の方がみえ、吟じてくださいます。 ♥ 切り紙細工の披露もあります。

11日(金) 2:00から お花の「投げ入れ」



身近な草花を、花器にみたてた器に・・・そのコツを学んでみませんか？(20名分の材料を用意しています)

講師： 福崎 典子氏 (HANA STUDIO NORIKO 主宰)



12日(土) 2:00から ティー(紅茶)セミナー

“家でおいしい紅茶を“を合言葉に・・・ お話・入れ方を供して頂きます。

講師： 奥田 雅子氏 (日本紅茶協会認定 ティーインストラクター)

♥ セミナーはチケットを当日求めて頂きます(チケット代 500円 30名分用意しています)



