

平成29（2017）年10月3日

「9月例会」（開催報告）

日 時：9月23日（第4土曜日）

場 所：ひだまり友遊会館・1Fふれあいルーム

参加者（11名）：卜部（晋）さん、卜部（昌）さん、岡さん、叶内さん、久木田さん、澤木さん、中川さん、松島さん、柳沢さん、渡辺（久）さん、長谷川。

テーマ：「折り紙づくり」実践教室

～じっくり頭を使って、指先を動かし楽しく脳を活性化しよう～
ご指導 柳沢さん

当日は偶々秋分の日（お彼岸）と重なり、少人数の参加でしたが、却って1人1人に懇切丁寧に柳沢さんからご指導をして頂く事が出来ました。有り難うございました。伝統の折り紙とは言え、初めての経験の方々ばかりでしたが、基本の「鶴」（伝承）の作品が立派に出来上がりました！繰り返し何羽も作り、予定していた次の作品「箱」（正方形）までの時間はありませんでした。

※実は、折り紙を折るときの次の形を考えながら指先を細かく動かすという行動は、脳に良い刺激を与え、脳を活性化させる効果があると言われています。この効果に注目し、最近では手のリハビリや介護予防に折り紙が使われている例もあるようです。

【長谷川記】

◎伝達事項；10月～11月活動予定。

10月14日（土） シニア住宅見学会「イリーゼさぎぬま」

10月28日（土） 10月例会「23回シンポジウムについて」

11月25日（土） 11月例会「手話教室」

11月26日（日） いきがいウオッチング 「都立狭山公園」

以 上