令和8年10月　ふらっとステーション考流学舎 イベントカレンダー

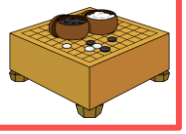
開始時間は13：30です
サロンに参加希望の方は裏面の連絡先まで問い合せ下さい

日	月	火	水	木	金	土
				1	2 頭と体の運動 10：30~12：00 13：30~15：00	3
4	5 手芸カフェ 13：30~15：00	6大人の塗絵 折り紙カフェ 13：30~15：00	7大人の塗絵 折り紙カフェ 13：30~15：00	8 防災センター 見学会 完全予約制	9 頭と体の体操 10：30~12：00 13：30~15：00	10
11	12 囲碁カフェ 祭日の為休み	13大人の塗 絵折り紙カフェ 13：30~15：00	14　認知症オレンジサポーターの会にこにこオレンジクラブ 13：30~15：00	15　ふらっとペンクラブ 13：30~15：00	16 シネマサロン 完全予約制 13：30~15：00	17
18	19 手芸カフェ 13：30~15：00	20 秋のちぎり絵 予約制 13：30~15：00	21	22 オレンジカフェ 13：30~15：00	23 頭と体の体操 10：30~12：00 13：30~15：00	24
25	26 囲碁カフェ 13：30~15：00	27　大人の塗絵折り紙カフェ 13：30~15：00	28　ふらっとペンクラブ 13：30~15：00	29	30 参加費 100円	31

サロンメニューの紹介

囲碁カフェ ２６日13：30～15：00

初心者歓迎。囲碁を始めてみませんか？



手芸カフェ ５日、19日13：30～１５：00

編み物は脳内で幸せホルモン「セロトニン」の分泌を促し、ストレスや不安を軽減する効果があるそうです。



大人の塗絵
折り紙カフェ

６日、７日、１３日、２７日
13：30～15:00

ストレス軽減、集中力、脳の活性化、認知症予防に効果があると言われています。

色鉛筆の準備はしておりますが、自分の色鉛筆があれば持参して下さい。

ふらっとpenクラブ １５日、２７日13：30～15:00

筆記用具は鉛筆ボールペンふでぺん等何でも大丈夫です。ペンの力で前頭葉の働きを活発にしませんか？1週目は大人のペン字練習、2週目は新聞のコラムを原稿用紙に書き込んでいます



ちぎり絵に挑戦しませんか？

ちぎり絵にピッタリの素材が店先に並び始めました。そこで「ちぎり絵」第二弾：みんな初心者ですが必ず完成出来るように準備しています

シネマサロン １０月16日

九十歳何がめでたい
佐藤愛子さんの同名小説の映画化
完全予約制になります
参加費２００　円

防災センター見学会10月8日木曜日
完全予約制　25名　13時３０分～１６時
今年の夏は地震、豪雨災害など各地で自然災害に見舞われています。私達もいつ起きるかわからない災害に備えて学びましょう　参加費５００円（バス代、飲み物代）

社会医療法人豊生会
ふらっとステーション考流学舎

〒007-0803
札幌市東区東苗穂３条１丁目２－22

☎ 011-788-6102
平日 9:00～17:00 / 土・日・祝日 休み