

めざそう！いきいきスマイル・シニア！

今月の目玉は？伏本一受けたい授業！



月刊すこやか

生涯勉強！！

今回は日本史！

【間違い探し問題】

右の写真には5か所違いがあります！

どこが違うでしょうか？（答えは裏面にあります）



↑頭を使い脳を活性化させましょう！！↓



皆さん！最近、新しいことにチャレンジしたり、
学んだりしていますか？
「見たい」「知りたい」「やってみたい」などワクワク
することは、脳を刺激します！

伏古本町元気塾は、伏古本町地区にお住いのおおむね
65歳以上の方であればどなたでも参加いただけます。

7月の予定

伏古本町元気塾のご案内

会場	日時	内容
伏古記念会館 (伏古7条2丁目) 10:00~11:30	1日(月) 8日(月) 22日(月) 29日(月)	グループ マッスル トレーニング GROUP MASCLE TRAINING 65 ~65歳からの筋力アップトレーニング~ コバレッチ・セラバンドを使った筋力アップ インナーマッスル強化・ステップ運動
特別養護老人ホーム 藤苑 (伏古7条3丁目) 14:00~15:30	27日(土)	エアロビクス(上靴必要です!) ~音楽に合わせて体を動かしましょう~
苗穂神社社務所 (本町2条3丁目) 10:00~11:30	2日(火)	「伏本一受けたい授業」 ~日本史~
	16日(火)	GROUP MASCLE TRAINING 65 ~65歳からの筋力アップトレーニング~
ふしこ地区センター (伏古11条3丁目) 14:00~15:30 (2階集会室)	10日(水)	「伏本一受けたい授業」 ~日本史~
	24日(水)	GROUP MASCLE TRAINING 65 ~65歳からの筋力アップトレーニング~
道営東苗穂団地集会所 (東苗穂1条2丁目) 13:30~15:00	25日(木)	GROUP MASCLE TRAINING 65 ~65歳からの筋力アップトレーニング~

(伏古本町)

「伏本一受けたい授業」

今回は「日本史」をテーマに「とある日本史が好きな人」を講師に迎えて、学校では詳しく勉強しないマニアックな勉強をしていきたいと思えます。なお、講師の方は「ただの日本史好き」で、専門家でも何でもないので、そのところご了承下さい。

(藤苑ブログに以前の様子が掲載されております・・・)

①新聞⇒新聞 ②授業⇒授業 ③ピンクのネクタイの太さ
間違い探しの答え ④小林的ネクタイの模様が左右逆
⑤新聞を持っている左袖のシャツ

【お問合せ】

電話：781-1100

【担当】

小林：豊嶋

札幌市東区
介護予防センター伏古本町
(伏古7条3丁目1-33)