2022. 1月号

## 脳と体を動かして、元気な高齢者を目指しましょう

NPO法人 えひめ認知症予防クラブ

〒799-3111 愛媛県伊予市下吾川1655-2 TEL 089-904-5706 FAX 089-916-9547

e-mail support@e-ninchiyobo.org http://e-ninchiyobo.org

> 指 筅

## ご挨拶

あけましておめでとうございます。理事の宇野みどりです。 今年もマスクが外せない一年になりそうです。

でも新型コロナに負けず「元気で活き活き」を モットーに皆様と共に頑張りたいと 思います。



指編み



フェルトコースター作り

センスが光ります!!



筆ペンの使い方が ポイント!!



ŧ 提案や意見 中 動 のを作り な物を作り 力 か や記 わえる活動です。 す 憶 上 が 力 脳 が 一げる楽しさ 出 な が 7 が 向 活 きま、 性化, 6 上 ま さ

ろ か

> 集 を



成

0)

ボンドで止めたら作りやすかったねー。

反省。

/\ ンド

メイドで知的

活 動

を



文字を楽しむ

です。 らかをやっ 着 で です また、 短時 15 な P 間 ŧ ね ノティ てみようという気持ちは で形にな 洋近 いる方もい 服をしたあ ビティ をリ るも るも を開 メ 0) 0) を 0) 拓 選ん 中で 有 とても新 効 す す。 利 で

7 用 11

ŧ 安



麻ひもバック作り



-クラフトでかご作り



トマトかご

わたし、 はまりました