

# でんえんの風 2024年10月

シニアステーション田園調布西  
大田区田園調布4-44-9 TEL:03-3721-8066

社会福祉法人  
池上長寿園  
IKESAMI CHOUJEN



## スキンケアセミナー

講師：光江 弘恵先生  
(ソシオエステティシャン)

10月31日(木)9:30~11:00

ご自分でも出来る簡単なスキンケアの  
コツを。乾燥の季節の前に！  
普段使えるお土産たくさん！！ **注目!**

◆予約制 ◆参加費 700円  
お申込みメ切：10月24日(木)

## スマートフォン相談会

都内在住60才以上の方

10月11日(金)

9:30~12:00 / 13:30~16:30

1人30分の個別相談  
お気軽にご相談ください！



※スマホをご持参ください  
◆予約制 ◆無料

## 紙バンドで

## 花結びストラップづくり

10月29日(火)13:30~15:00

クラフトバンドで  
かんたん花結び☆



◆予約制 ◆材料費 100円



## 椅子太極拳

大川智矢講師の出張レッスン

10月21日(月)10:00~10:40

◆予約制 ◆無料

## 書いて楽しむ「源氏物語」

10月19日(土)11:00~12:00

古典作品を鉛筆でなぞり書き  
難しそう…と思わずに、レットライ！

◆持ち物：やわらかい鉛筆(2B以上)  
◆予約制 ◆無料



## 喉を鍛える音読講座

**NEW** 講師：鳴海 有希子先生  
(元NHK横浜放送局キャスター)

第3金曜日 13:30~14:30 **有料300円**



## でんにしのプログラム

QRコードをスマホのカメラにかざして、  
ホームページからご覧になれます。



## ● 11月のマッサージ (無料)

10月15日より、お電話にてご予約を承ります。  
椅子に座って15分のマッサージです。  
マスク着用、手ぬぐいをご持参下さい。