



木枯らし吹きすさぶ寒い日が続き、本格的な冬の訪れを感じますね。きらびやかなイルミネーションが街を彩る季節となりました。さて、12月は13日(水)から、東京ドームシティにて「ウィンターイルミネーション～山紫水明～」が開催されます。“和”をテーマに、日本を象徴する美しい自然の風景や風物詩などをモチーフにした構成で展開されるそうです。満開の「桜」が咲き乱れる姿を輝く光で表現するものや、「七夕」をイメージした全長約100mのイルミネーション、太鼓をたたくと光や音の演出が始まる「祭りやぐら」など、多彩な光のアートが楽しめますよ。



12月のお知らせ



お楽しみ講座 開催

※60歳以上の文京区在住の方を対象とした講座です

《折り紙の会》

○12/7 10:00～11:30 ○講師:和田敏子
○「干支のねずみ」を作成 ○費用:200円(材料費)

★鉛筆・ものさし(20cm位)・ようじ(数本)・はさみを持参!

※材料準備の都合上、参加希望の方は、
受付までお問い合わせ下さい。

《布ぞうりの会》

○12/21 10:00～15:00 ○講師:中嶋廣子
○費用:300～500円程度(材料費)

※ご自宅にある布をお持ちください。

○募集人数:5名程度

《歌う会》～カラオケ～

○12/27 10:00～11:30 ○講師:大石誠
○費用:無料 ※当日自由参加です

《手芸の会》～和紙細工～

○12/28 10:00～11:30 ○講師:中澤己代子

○「蓋付きボックス」を作成 

○費用:500円(材料費)

○募集人数:15名(先着)



レクトレ&レクダンス

参加者募集中です!!

○月1回 全10回 13:30～14:45

○対象:60歳以上の文京区民の方

○12月開催日:12/25(以降の開催日
については、ポスターをご覧ください。)

○費用:300円

○募集人数:20名(先着)



脳トレ遊び、歌いながら手振りの
ダンスなど♪みんなで笑い合い、
心も体も元気にしましょう!



呼吸でヨガ

参加者募集中です!!

○月1回 全12回 13:30～14:45

○対象:60歳以上の文京区民の方

○12月開催日:12/24(以降の開催
日については、ポスターをご覧ください。)

○講師:服部孝美 ○費用:300円

○募集人数:15名(先着)



ヨガで呼吸を見直しリフレッシュ♪
姿勢美人になりましょう!

※ 詳細は事務所受付または電話でお申込みお問い合わせ下さい。