



健康絵画(パステルアート)

♪世界にひとつのオリジナル絵画を描いちゃおう♪

指先を使い集中して右脳を使うことにより
認知症予防のための『脳活』につながります！



☆パステルアートとは☆

チョークのような画材の『パステル』を使います。
削ったパステルを指でこすって画用紙に色をつけます。
アクセントをつけたい部分や、誤って塗ってしまった時は消し
ゴムで消してやり直せます。
型紙を使うので、絵が苦手な方でも大丈夫です！
当日、まいこ先生が優しく教えてくださるので、どなたでも楽
しく素敵な絵画が完成します♪
みなさまのご参加お待ちしております♪

🌳 日 時 🌳

令和7年7月23日(水)

午前10時～12時

🌳 会場 🌳

青根公民館 会議室

🌳 定員 🌳

20名

🌳 参加費 🌳

無料

🌳 持ち物 🌳

汚れてもいい服装、タオル、飲み物

🌳 講師 🌳

日本パステルホープアート協会 正インストラクター
パステルアート教室 NICO まいに



みかんとりんごを描きます♪

今後の日程(予定)

- 第4回 8月 健康体操 健康体操とフレイル予防・オーラルフレイルについて
- 第5回 9月 健康ゲーム 笑って健康！楽しいゲームが盛りだくさん
- 第6回 10月 健康講話 健康にまつわる『そうなんだ！』が聞けるお話

申込み・お問合せ

青根出張所窓口に直接、もしくはお電話で申し込みください。

青根出張所 Tel.042-787-2511 ※平日の午前9時～午後5時の間でお願いします。