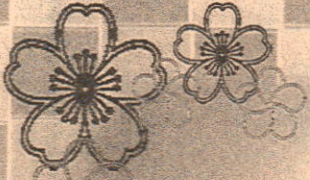


# 笑って楽しく生き生きと

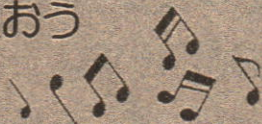


「もう年だから…」  
なんて思わないで

日時：3月7日(土)  
午後1時から3時  
場所：篠崎文化プラザ3階  
(裏面参照)  
参加費：無料  
申し込み不要です

## ステージで楽しもう

- ☆音楽に合わせて健康体操
- ☆今、話題の笑いヨガ
- ☆春の歌を唄おう



## いや 癒しのハンドケア

- ☆レッスンを受けた  
学生によるハンドケア
- ☆手から癒してみましよう

## 脳年齢を知ろう

- ☆脳は鍛えれば若返ることがわかっています!!
- さああなたの脳年齢は?
- ぜひチャレンジしてみてください

## お茶サロン

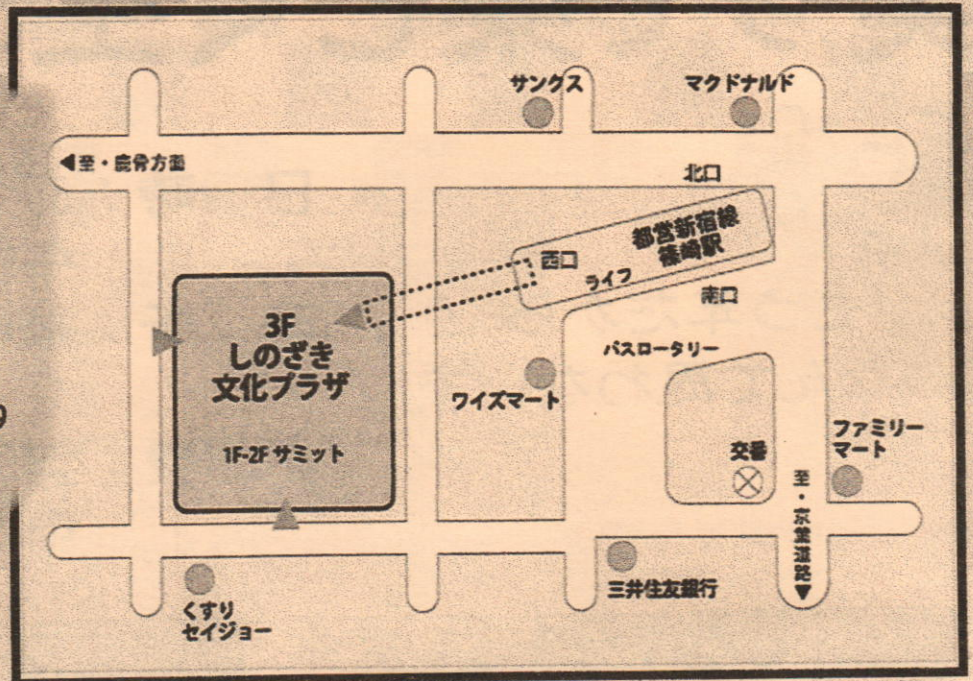
- ☆皆様に休憩にお寄り  
ください
- ☆お茶とお菓子とぬり絵  
で楽しみましよう



どなたでもご参加いただけます  
皆様のご来場をお待ちしております

お問い合わせ先  
江戸川総合人生大学  
TEL: 03-3676-9075

東京都江戸川区篠町7-20-19  
篠崎文化プラザ



## ●江戸川総合人生大学 介護・福祉学科とは●

江戸川総合人生大学はこれまでの人生経験や知識を活かして、社会貢献を志す皆さんを応援するために、平成16年に江戸川区が設立した学びと実践の場です。

介護・福祉学科10期はこれまでに介護や福祉の制度や、全国各地の先進的な取り組みを学び、現在は自分たちの住む地域にどのような問題があるか、自分たちにできることは何か、手助けを必要としている人に寄り添うにはどうしたらよいかなどを勉強中です！

EDOGAWA  
SINCE 2004  
SOUGOU-JINSEI-DAIGAKU

お茶のサービス券

ハンドトリートメント券