

シニアフェスinみさと

～きらめきSmile day～

入場無料

6月30日(日)

10:00~14:00

どなたでも
OK!

一部事前
申し込み必要

会場: 美里交流館

『シニアフェスinみさと』は、美里交流館全館を使って、“シニア世代の生きがいづくり”をテーマに仲間づくりや活躍の場として開催します。知りたかった知識の中から人生の楽しみ方のヒントや新たな発見の場を提供します。



体験

- ☆篠笛吹き体験
- ☆コースターケースづくり
- ☆茶道 ☆ブレインヨガ
- ☆そば打ち
- ☆健康チェック (血管年齢、体組成、減塩啓発、飲料水の話他)

芸能発表

- ♪美里・拳母音頭踊り
- ♪琴の合奏
- ♪ハワイアン演奏&フラダンス
- ♪筋トレ ♪ハーモニカ演奏
- ♪ギターマンドリン合奏
- ♪ギターキーボード弾き語り

販売

- ☆つまみ細工(体験有り)
- ☆手作り小物
- ☆朝市野菜(地域住民)
- ☆森のパン屋(パン)
- ☆こめまる(おにぎり)
- ☆三好屋(和菓子)
- ☆たまご(杉浦養鶏場)



体験コーナーや販売健康チェック、芸能発表など、どなたでも参加し楽しめる様々なブースをお楽しみください。



講座

- ◇今から始める「終活」と「家族葬」(豊田生活協同組合)
- ◇はじめてのスマートフォン(ひまわりネットワーク)



※内容は変更になる場合がございます。※駐車場は、神池公園も開放します。
※一部申し込みが必要となります。

裏面をご覧ください。➡



【問合せ】 豊田市美里交流館 Tel80-1697 Fax80-1701

【体験・講座事前申込み】

〈1F調理実習室〉

☆親子でそば打ち体験☆

☆時 間：1部：10:00～
2部：10:40～
3部：11:20～

☆定 員：各回4組

☆参加費：1,000円

☆内 容：親子でそば打ち

☆持ち物：エプロン、バンダナ
手ふきタオル



〈2F中会議室〉

☆ブレインヨガ☆

☆時 間：10:00～ 10:50～
11:40～ 12:30～
13:20～ 各回30分

☆定 員：各回10人

☆参加費：500円

☆内 容：誰でもできる簡単な体操で
脳まで活性化します



〈2F小会議室〉

『終活と家族葬のおはなし』

時 間：10:00～11:30

内 容：終活と家族葬のはなし

- ☆エンディングノートを使って
「生き生き人生」を終活しましょう
- ☆後悔しない家族葬
※「エンディングノート」プレゼント!!

定 員：20人（どなたでも）

※講座終了後個別相談を行います。

『はじめてのスマートフォン』

時 間：1回 12:00～12:40

2回 13:00～13:40

内 容：スマートフォンの使い方や楽しさを知る

定 員：各回20人（どなたでも）

持ち物：スマートフォン（持っている人）

※講座終了後個別相談を行います。

☆各会場案内☆

ロビー：つまみ細工・手作り小物・野菜・パン・おにぎり・和菓子・たまご
調理室：そば打ち体験
工芸室：篠笛吹き体験・コースターケースづくり
大会議室：血管年齢、体組成、減塩啓発、飲料水の話、健康相談有り
中会議室：ブレインヨガ体験
小会議室：講座
和 室：茶道
各ブースをお楽しみください!!



申込みは6月8日（土）9:30から美里交流館窓口又は電話（Tel80-1697）で受付けます。どなたでもお申込みいただけます。定員に満たない場合は、当日の申込みもできます。また、上記以外は申込み不要です。ご不明な点はお気軽にお問い合わせください。