

RoCoCo通信

10月のいきいきサロン 描く

偶数月は「パステル画で描くポストカード」です。先生のオリジナルの方法で、どなたでも簡単に見本と同じ作品が作れます。材料も全て用意されていますので、お気軽にご参加ください。



日 時：10月10日(火) 13:30～15:30

参加費：1,000円 材料費：300円

おやじミュージックナイト始まります

金曜カフェではおやじマスターたちの作るおいしいカレー、丁寧に淹れるコーヒーが評判です。そのおやじたちが夜のイベントを企画しました。**Oyaji Music Night @ RoCoCo(略してOMN)**です。懐かしい音楽をみんなで楽しもうよ！というプログラム。初回はプロギタリストの灘区在住入江明さんのワンマンライブです。

10月20日(金)夜7時から(開場6時半)

チャージなし。ワンドリンク500円を購入してご参加ください(追加分はその都度お支払ください) ビール、ワイン、ソフトドリンク(おつまみ付き)をご用意しています。みなさま気軽にRoCoCoにレッツゴー！！

入江明さんプロフィール

福岡県出身、灘区在住。15歳でビートルズに出会いギターを始める。18歳でプロの楽団に加入。その後数多くのバンドでベーシストとして活動。ホリプロにて専属歌手のバックとして参加。現在は若いミュージシャンの育成に尽力され、主にギターの弾き語りで活動中。



健康講座：擦過鍼体験

刺さないはり「擦過鍼(さっかしん)」の体験をしませんか？ はり・おきゅうは「痛い、熱い、怖い」と想像される方が多いと思います。

鍼灸医学は3000年以上の歴史を誇る大変すばらしい伝統医学でありながら、このようなイメージのために予防医学としての優れた面が伝わっていません。

今回ご紹介する「擦過鍼」は刺さない鍼治療です。皮膚を軽く擦過(摩擦、こする刺激)するだけで様々な症状に効果があります。ぜひ痛い鍼を体験してください。

例えばこのような症状に効果があります。頭痛、頭が重い、ぼんやりする、物忘れがひどい、目の疲れ、顎関節症。首、肩、背中などのこりや痛み、手足のむくみ、全身のだるさ。

今回は、NPO法人日本擦過鍼協会の認定を受けた鍼灸師が施術を致します。

(えりこ鍼灸治療室)

日 時：10月25日(水)、11月22日(水)

13:30～15:30

参加費：各回 1,000円 (一般の方も同額)

干支の羽子板

早いもので今年も来年の干支の羽子板作りの季節がやって参りました。

今年も下記の通り2日に分けて行います。ご都合の良い日をお申し込みください。材料の都合上、定員になり次第締め切らせていただきます。ご希望の方はお早めにお申し込みください。



日 時：10月31日(火)、11月1日(水)

13:00～16:00

参加費：1,000円 材料費：1,400円

クリスマスフェア 12月1日(金)～5日(火)
手作り作品出品者大募集

説明会 10月5日(木) 2時～

