

**どちらのサロンも当日参加OK！事前申し込みは不要です！**

NURIE

ぬり絵サロン

□SALON□

# ぬり絵サロン

【開催日】 毎月 第1金曜日

【時間】 午前10:00~11:30頃まで

【開催場所】 世代間交流センター「茶の間」

【参加費】 50円(画用紙代として)

【持ち物】 色鉛筆・消しゴム

**※参加したい日のみの参加でOKです。**

「ぬり絵サロン」の  
ぬり絵は近年人気の  
“大人のぬり絵”で  
す。季節に合わせた  
絵柄を塗って楽しみ  
ましょう！

## ぬり絵の効能

- 脳全体を使う作業で脳が活性化する
- 若返り効果がある
- 癒し効果がある
- イライラ解消やストレス発散の効果がある
- 色彩感覚を育てる
- 指の筋トレになる  
など良いことがいっぱい！



ORIGAMI

折り紙サロン

□SALON□

# 折り紙サロン

【開催日】 毎月 第3金曜日

【時間】 午前10:00~11:30頃まで

【開催場所】 世代間交流センター「茶の間」

【参加費】 50円(折り紙代として)

【持ち物】 特にありません。

**※参加したい日のみの参加でOKです。**

「折り紙サロン」は  
季節の行事に合わせ  
たモチーフを作ります。  
世界に誇る日本の  
“折り紙”を楽し  
みましょう！

## 折り紙の効能

- 手先が器用になる
- 創造性が生まれる
- やる気を高める
- 推察力、計画性を育てる
- 色彩感覚を育てる
- 伝統文化を大切にする
- 算数の感覚を磨く  
など良いことがいっぱい！

