

# 2月の講座の様子

## いとね倶楽部



本年度最後のいとね倶楽部は、毎年恒例のレクリエーション体験。講師の吉富依子様（よこみ 依子）の軽妙なトークに魅了され、皆さん笑顔で活動することができました。

## 能活教室



今回はトイドローンを使ったドローンの操縦体験。目標の的の間を通そうとコントローラーで操りますが、なかなか思うようにいきません。でもそれが脳の活性化に効果ありなのです。

## ヨガ教室



昨年度よりスタートしたヨガ教室。回を重ねることで、皆さんの動きもどんどんスムーズになり、姿勢や体調の維持管理に効果が感じられるようになってきました。来年度以降も続けますので、一緒に活動してみませんか。