

# 『書写の日』

- 百人一首、小説、漢字、写経など、防音のお部屋で心を落ち着かせて書写・なぞり書きをしてみませんか？
- 集中力が高まったり、精神安定、脳の前頭前野の活性化などの効果があると言われています。

日 時：令和8年 1月17日（土）

9:00～16:00

自由参加

場 所：2階 交流集会室

対象者：高齢者コーナーにご登録の方

持ち物：鉛筆、ボールペン、など

ご自分に合った筆記用具



※筆ペンなどを使われる場合は、紙質から、墨をはじく場合がありますので、必要な方は、半紙をご持参ください。

- 自由参加、時間内出入自由です。
- 講師はおりません。
- 各お見本の用紙をご用意しております。