ART CORPORATION.,LTD.
SUIRAN

すいらんアートスクールで40年以上の指導実績

アートデイサービスでは、介護支援スタッフとは別に
絵画専門の経験豊かな講師陣が指導いたします

講師紹介

校長：梅津宏規
フランス エクサンプロヴァンス芸術大学大学院
修士研究課程修了
/ フランス国家造形芸術表現上級資格(学位)取得
(DNSEP)優秀賞受賞

日本画・水彩画講師：井田昌明
東京藝術大学大学院美術研究科修士課程
保存修復日本画専攻修了

日本画・水彩画講師：永井里枝
東北芸術工科大学大学院日本画研究領域修了
/ポーラ美術振興財団 令和元年度若手芸術家の
在外研修助成派遣：クンストラーハウスベタニアン
・ドイツ・ベルリン

デッサン・水彩画講師：木暮直巳
女子美術大学芸術学部デザイン科卒業

油絵・水彩画講師：松井菜那
東京藝術大学大学院美術研究科修士課程
文化財保存学専攻保存修復(油画)研究領域修了

けやきウォーク前橋から約500m北東の閑静な住宅街の中にあります

SUIRAN ART DAY SERVICE

＼送迎つき／

65歳からの絵画教室

すいらんアートデイサービス

「絵を描くこと」で頭をつかい、
体操をして健康な体を維持し、
認知症や閉じこもりの予防を図ります。

すいらんは一人ひとりの個性とペースを尊重しながら
楽しくわかりやすい指導でその人らしい作品ができるように
と考えています。

《見学・体験随時受付中》
まずはお気軽にお電話ください

「絵画講座」を受けながら介護予防〈通所型サービスA〉
すいらんアートデイサービス 事業者番号：10A0100111

☎ 027-223-6312 info@suiran.com
FAX 027-221-5909 〒371-0801 前橋市文京町1-47-1（月曜・祝日休校）

「絵を描く」ことを通して

いつまでも生き生きと

自分らしく。

“心の鏡”をみがくように。

すいらんでは「個人」を大切にする指導をモットーとしています。

十人十色、皆それぞれの個性を持っています。
指導者やすいらんのスタイルを押し付けるのではなく
一人ひとりの個性やペースを尊重しながら
楽しく豊かな指導を心がけ
その人らしい作品ができるようにと考えています。

受講の日のスケジュール

午前の部 午後の部

午前の部	午後の部	
		ご自宅から送迎（お迎え）
10:00	14:00	健康チェック
10:20	14:20	制作前の準備体操《前橋市ピンシャン!元気体操》
10:40	14:40	絵画制作 ティータイム 休憩あり
12:15	16:15	制作後のストレッチ《前橋市ピンシャン!元気体操》
12:30	16:30	ご自宅へ送迎（お送り）

開講クラス（各定員7名）

	午前の部	午後の部
火	10:00～12:30	14:00～16:30
水	10:00～12:30	14:00～16:30
木	10:00～12:30	14:00～16:30
金	10:00～12:30	14:00～16:30

受講内容

受講される一人一人に合わせたカリキュラムをご提案します。
受講内容等、ご相談ください。

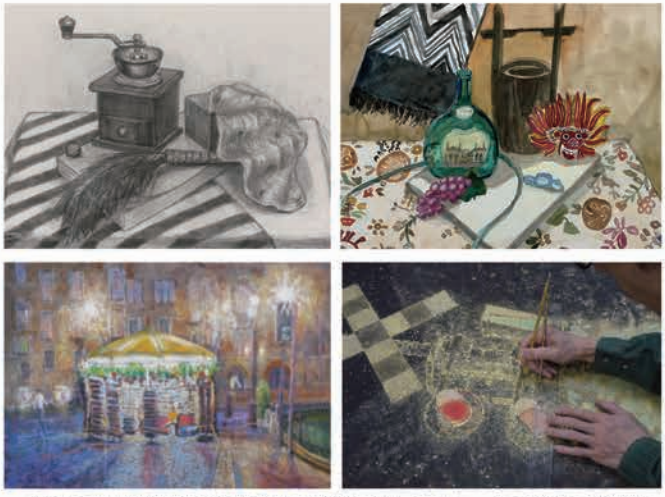
▪ 初心者向け　季節の野菜や果物などをモチーフとした水彩画

POINT 使用する画材や道具は全て無料で貸し出します。

混色、色を乗せる順番、色の重ね方を丁寧に指導いたします。

▪ 経験者向け【特別コース】

鉛筆デッサン、モチーフを台上に組んで描く水彩画、油絵、日本画など



優秀で知識豊富な各専門（水彩, 油絵,日本画など）の講師が制作をサポートいたします。

＊特別コースで別途必要な画材はすずん画材で購入できます

対象者

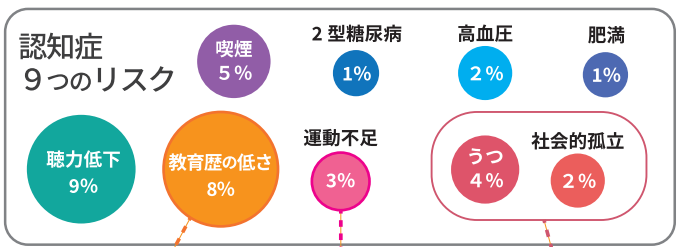
前橋市在住の
- 要支援1
- 要支援２
- 以下のような基本チェックリスト該当の65歳以上の方

前橋市内どこでも送迎いたします

No.	質　問　項　目	回　答	
1	バスや電車で　1人で外出していますか	0.はい	1.いいえ
2	日用品の買物をしていますか	0.はい	1.いいえ
3	預貯金の出し入れをしていますか	0.はい	1.いいえ
4	友人の家を訪ねていますか	0.はい	1.いいえ
5	家族や友人の相談にのっていますか	0.はい	1.いいえ
6	階段を手すりや壁をつたわらずに昇っていますか	0.はい	1.いいえ
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	0.はい	1.いいえ
8	15 分位続けて歩いていますか	0.はい	1.いいえ
9	この 1年間に転んだことがありますか	1.はい	0.いいえ
10	転倒に対する不安は大きいですか	1.はい	0.いいえ
11	6ヵ月間で　2～3kg 以上の体重減少がありましたか	1.はい	0.いいえ
12	身長　　cm　　体重　　kg　（ＢＭＩ＝　　） ＢＭＩ＝体重（kg）÷身長（m）÷身長（m）が 18.5 未満の場合に該当（1.はい）とする。		
13	半年前に比べて固いものが食べにくくなりましたか	1.はい	0.いいえ
14	お茶や汁物等でむせることがありますか	1.はい	0.いいえ
15	口の渇きが気になりますか	1.はい	0.いいえ
16	週に１回以上は外出していますか	0.はい	1.いいえ
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	1.はい	0.いいえ
18	周りの人から「いつも同じ事を聞く」などの物忘れがあると言われますか	1.はい	0.いいえ
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	0.はい	1.いいえ
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	1.はい	0.いいえ
21	（ここ 2週間）毎日の生活に充実感がない	1.はい	0.いいえ
22	（ここ 2週間）これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	1.はい	0.いいえ
23	（ここ 2週間）以前は楽にできていたことが今ではおっくうに感じられる	1.はい	0.いいえ
24	（ここ 2週間）自分が役に立つ人間だと思えない	1.はい	0.いいえ
25	（ここ 2週間）わけもなく疲れたような感じがする	1.はい	0.いいえ

認知症予防にも効果的なプログラム

イギリスの医学誌「ランセット」に認知症への９つのリスクとして以下の要素が紹介されています。



絵画制作で知的好奇心を刺激

絵を描くことは常に新しい考え方を試す、チャレンジすることです。

「ピンシャン!元気体操」で筋力強化

特に脚力の強化に努め、転倒での怪我を予防します。

同じ趣味の友人と楽しいおしゃべり

人との繋がりや会話は、少し億劫な気持ちも前向きにする後押しをしてくれます。

SUIRAN ART DAY SERVICE

ご利用までの手続き

1 地域の包括支援センターに「すいらんアートデイサービスに通学希望」とお伝えください

地域包括支援センター中央	南部・文京	TEL 898-6275
地域包括支援センター中央東	若宮･城東･中川	TEL 260-6815
地域包括支援センター中央西	北部･西部	TEL 288-0462
地域包括支援センター南部	上川淵･下川淵	TEL 265-1700
地域包括支援センター桂萱	桂　萱	TEL 264-0808
地域包括支援センター東	東	TEL 280-5590
地域包括支援センター西部	元総社･総社･清里	TEL 255-3100
地域包括支援センター南橘	南　橘	TEL 235-3577
地域包括支援センター永明	永　明	TEL 290-2880
地域包括支援センター城南	城　南	TEL 267-9898
地域包括支援センター東部	大胡･宮城･粕川	TEL 283-8655
地域包括支援センター北部	芳賀･富士見	TEL 288-7770

2 担当のケアマネージャーの方より
基本チェックリスト、支援認定の申請を行ないます
※認定には数週間お時間がかる場合もあります

3 認定後、介護予防ケアプランを作成

4 介護予防ケアプラン、契約内容に同意の上、ご契約

サービスのご利用開始

受講クラス、制作内容、必要道具の詳細などについては
すいらんアートデイサービス管理者にご相談ください