永田台コミュニティハウスだより

12 月号 2023 年 12 月 1 日発行　TEL・FAX 721-0730

寒い季節になりました。インフルエンザと新型コロナウィルスの流行が懸念されます。健康には十分ご留意ください。

自主事業のご案内

たくさんの方々のご参加をお待ちしております!!

健康体操・ストレッチ～誰でもできる体づくり～

基本的な動きを学んで、健康な体づくりを習慣化してみませんか?

【日時】令和６年１月 18 日、２月１日、15 日(すべて木曜日)
13 時 30 分～14 時 45 分 全３回

【対象】成人　【定員】10 人　【費用】500 円

【申込】12 月 14 日(木)午前 10 時から直接施設へ
(電話での申込は午後２時から)

シニア向けスマホ教室～スマホの基本的な操作～

購入を検討されている方や基本的な操作を学びたい方へ KDDI の講師がわかりやすく初歩的な使い方をお教えいたします。(アンドロイドのスマートホンを貸出・使用します。)

【日時】令和６年２月７日(月)13 時 30 分～15 時 30 分

【対象】高齢者（おおむね 70 歳代くらいまで）

【定員】20 人以内(先着順)　【費用】無料

【申込】１月 11 日(木)午前 10 時から直接施設へ
(電話での申込は、午後２時から)

リボンでデコレーション小物入れ

【内　容】リボンで作るお花をアクセントにラタンの小物入れをデコレーションします

【日　時】令和6年2月24日（土）

【対　象】成人

【定　員】5人

【費　用】500円

【申　込】令和６年1月20日(土)10時から直接施設へ(電話での申込は、午後2時から)