

“友だちづくり” “健康づくり”

ニコニコサロン

運営主体： ニコニコクラブ、ゆうゆうクラブ

開催日時： 毎月 第2火曜日と第4火曜日 10:00~15:00

会場： 藤沢石原谷市民の家

参加者の範囲： 会員を主体とするが、会員以外のどなたでも参加可能

運営協力金（任意）：100円/日（会場利用料、お茶代などに充てます）

< 7月の予定 >

7月12日（火）	午前	① 友だちづくりのおしゃべり会 ② パソコン・スマホ操作相談会 便利な使用法など一緒に学びましょう
	午後	① 友だちづくりのおしゃべり会 ② 「ふまねっと」で楽しく遊ぼう 講師による指導 13:30~15:00
7月26日（火）	午前	① 友だちづくりのおしゃべり会 ② パソコン・スマホ操作相談会 (困っている事や便利な使用法など一緒に学びましょう)
	午後	① 友だちづくりのおしゃべり会 ② 長尾講師による健康体操（14:00~15:00） ラジオ体操 1, 2・プラステン体操・カワセミ体操など

☆お好きな時間に、お好きな催し物にご参加ください。

こんなことをやっています



卓球



将棋

「ふまねっと」とは
歩行機能や認知機能の改善、転倒予防の効果があります
「間違っても気にしない！」交流や仲間づくりに期待できます