

“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）

< 1月の予定 >

10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 (困っていること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 講座「スポーツ吹き矢」 14:00~15:00 講師 川村 聖 氏 他1名 “腹式呼吸を取り入れたスポーツ吹き矢の基本を正しく学び、体験してみませんか!”
24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 (プラステン体操、カワセミ体操、頭の体操、お口の体操など)

☆2022年最後の「ニコニコサロン」も、頭の体操あり、おしゃべり会ありと楽しい時間でした。

☆スタッフ一同、2023年も皆さんと楽しいサロンを作っていきたいと思っています。

☆要望があった「麻雀がしたい」もマージャン台を譲り受けて環境を整えるべく準備中です。今後は、このチラシで案内していきます。

☆午前中に行っているスマホ等の相談会も初歩的なこと、わからないことにも相談に応じたいです。気軽にお出かけください。