

“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）

## < 3月の予定 >

14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 <b>講座「ふまネット」 13:30~15:00</b> 講師 市社協 田村氏 他1名 <b>☆昨年7月に行った講座が好評につき第2回目を計画しました。汗拭きタオル持参、動きやすい服装(あれば上履きも)でご参加ください。</b>
28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 <b>長尾講師による健康体操 14:00~15:00</b> (プラステン体操、カワセミ体操、頭の体操、お口の体操など)

☆2月の「笑いヨガ」は参加者も多く、思いっきり笑えて楽しい時間でした。



☆要望があった「麻雀がしたい」も準備ができました。14日の午前中に参加希望者は集まりいただき、いろいろ試してみる予定です。都合のつく方はよろしくお願いいたします。

☆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ています。