

ちょこっとだより 3月号



2月にちょこっとで開催したイベントを紹介します🌷

2月は「防災のためのスマホ活用術」
について勉強しました！



スマホ教室📱

ペンダントを作りました！



ハンドメイド

ストラックアウトをしました🎯



おれんじカフェ

「ボウリング🎳」をしました！



e スポーツ

みんなで日頃の備えを
勉強しました！



防災教室

3月の予定

3月4日(火) 10時～

講師:株式会社 TAM

スマホ教室📱

マイナンバーカードを使ってみよう！

※マイナンバーカードをお持ちの方はご持参ください

※講義の後、個別質問タイムあります※

3月18日(火) 10時～

楽しくカラダを動かしましょう🎮

e スポーツ体験会

(ボウリング・テニスなど)

3月11日(火)



10時～健康測定会(バジメータ)

体力年齢を測定してみよう！

13時30分～体力測定会

(握力・ファンクショナルリーチ・連続腕屈伸・連続立ち上がり)

3月25日(火) 10時～

講師:元起雅美さん

ハンドメイド(春の飾り)

持ち物:紙切りはさみ

木曜日はほっとひといき🍵

おれんじフレンドと一緒に遊ぼう！話そう！

6日(木) オセロ・トランプ

13日(木) 脳トレ



27日(木) おれんじカフェ🎯

「漢字クイズ・折り紙でヘビ作り」

みなさまのお越し
をお待ちしており
ます！



お問い合わせ先:福祉課

地域包括支援センター

☎076-475-1426

☎076-476-9400