


# カフェ 元気caféすけがわ



## 6月のイベント



ティータイムを楽しみながら参加してみませんか

	日にち	時間	内容
①	6月12日 (水)	午後1時30分 ～2時30分	健康体操 ～適度な運動で筋力アップ!～
②	6月18日 (火)	午後1時30分 ～2時30分	管理栄養士による 「上手に食べて元気に長生き～骨のお話と試食」 要申し込み 電話050-5528-5138
③	6月20日 (木)	午後1時30分 ～2時30分	看護師による健康相談 お気軽にどうぞ! 
④	6月26日 (水)	午前10時30分 ～正午	「友遊コーナー」 お茶を飲みながら、おしゃべりしましょう
⑤		午後1時30分 ～2時30分	ひたか民話の会による ～昔ばなしを楽しもう～

7月  
お知らせ

心にハミングを!

楽しいオカリナ演奏会

7月12日(金)

13:00～14:30

健康講座「夏の健康管理について」

～熱中症と感染症予防～

7月30日(火) 13:30～14:30

先着12名 要申し込み

10:00～16:00 (休:土日祝・年末年始)

Tel 050-5528-5138 日立市助川町1丁目4番10号

受託事業者 一般社団法人 ライフ・ケア・ひたち

TEL 0294-27-6633 <http://www.lifecarehitachi.or.jp/>

イベント情報は、上記ホームページでもご覧になれます

