

カフェ  
元気caféすけがわ

# 10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	10月9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	10月17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
③	10月23日 (水)	午前10時30分 ～正午	「友遊コーナー」で友だちづくり! お茶を飲みながら、おしゃべりしませんか
④	10月30日 (水)	午前10時30分 ～午後2時30分	「やさしい絵手紙体験」 参加費300円 先着12名 要申し込み ①10時30分～11時30分 ②13時30分～14時30分 上記どちらかの時間になります
⑤	10月31日 (木)	午前10時 ～午後3時	ハッピー☆ハロウィン! ハロウィンの雰囲気をお楽しみください



## 11月の お知らせ

### 管理栄養士による 「発酵食品のお話と試食」

11月19日(火)  
13:30～14:30  
先着10名(要申込み)

### ◆お楽しみ落語会◆

11/27(水) 13:30～14:30

### ◆タブレット入門講座◆

11/8、22(金) 13:30～15:00  
先着5名 要申し込み  
タブレットは貸出します



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

