



カフェ
元気caféすけがわ

11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	11月8日 22日 (金)	午後1時30分 ～3時	タブレット入門講座 ipadの操作体験 先着5名 要申し込み
②	11月13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!
③	11月19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」 ～発酵食品のお話と試食～ 先着10名 要申し込み 
④	11月21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
⑤	11月27日 (水)	午前10時30分 ～正午	「友遊コーナー」 ハートのポップリ作り 材料費200円 
⑥		午後1時30分 ～2時30分	お楽しみ落語会 楽しく笑ってリフレッシュ!



クリスマス☆オーナメントを作ろう

12/13 (金)
10:30～14:30

時間指定
材料費300円 要申込

心にハミングを♪
フルーツとオカリナ演奏

12/20 (金)
13:30～14:30



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

