

カフェ  
元気caféすけがわ

# 1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	1月8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	1月15日 (水)	午後1時30分 ～2時30分	心にハミングを! ～大正琴の調べ～	
③	1月16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	1月22日 (水)	午前10時30分 ～正午	友遊コーナー	スポーツ吹き矢の体験をしてみませんか



お知らせ

心にハミングを!  
♪ハーモニカコンサート♪  
2/21 (金) 13:30～14:30  
たくさん歌って楽しみましょう



2月の友遊コーナーは  
2/26 (水)  
10:30～正午

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

