

カフェ  
元気caféすけがわ

# 3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	3月11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	3月13日 27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 要申込み タブレットは貸し出します
③	3月18日 (水)	午後1時30分 ～2時30分	心にハミングを！ 楽しいハーモニカコンサート
④	3月19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
⑤	3月25日 (水)	午前10時30分 ～12時	友遊コーナー 脳トレやおしゃべりを楽しもう

4月  
お知らせ

心にハミングを！  
ギター演奏と一緒に  
歌いましょう  
4/17 (金)  
13:30～14:30



4月の友遊コーナーは  
スポーツ吹矢を楽しもう！

4/22 (水)  
10:30～12:00

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

