

府中市地域包括支援センター安立園 イベント情報

お電話で
お申込みください

お問合せ・お申込先：☎367-6511(代) または 367-0550

すべて【事前申込制】になります

※お問合せ・お申込は、月曜日～土曜日(9:00～17:30)の間でお願い致します。

8月	曜 日	名 称	会 場	人 数	申込開始
	1日(火) 10:00～10:45	写し書き講座(10) (百人一首 19～20番) 【持ち物】筆ペンや文鎮があればご持参下さい	「さんぽ道」1階 地域交流スペース	8名 (事前申込)	7月19日(水) 午前9時から
	7日(月) 14:00～14:45	理学療法士が教えます 熱中症予防 ～家庭で出来る脱水対策～ 【持ち物】水分	「さんぽ道」1階 地域交流スペース	8名 (事前申込)	7月24日(月) 午前9時から
	14日(月) 14:00～14:45	健康フラダンス (動きやすい服装【持ち物】水分・タオル)	「さんぽ道」1階 地域交流スペース	8名 (事前申込)	7月25日(火) 午前9時から
	21日(月) 14:00～15:30	アプリ『みんなチャレ』 体験2回連続講座 ～みんなで楽しくスマホチャレンジ!!～ 対象：①両日参加出来る方 ②スマホを持っていて、LINEができる方 【持ち物】スマートフォン・水分	「さんぽ道」1階 地域交流スペース	10名 (事前申込)	7月26日(水) 午前9時から
	28日(月) 14:00～15:00				
参加は無料です					
のどがかわいてなくても水分補給を!					
	23日(水) 10:00～10:45	チェア ヨガ(座位) (動きやすい服装と靴【持ち物】水分・タオル)	中央文化センター 4階第1講堂	15名 (事前申込)	7月31日(月) 午前9時から



～募集しております～

『みんなチャレ』体験2回連続講座

～みんなで楽しくスマホチャレンジ!!～

日 時：令和5年 8月 21日(月) 14時～15時30分(90分)

28日(月) 14時～15時00分(60分)

会 場：安立園(さんぽ道 地域交流スペース)

対 象：スマートフォンをお持ちで、LINEを使える方
(2日間とも参加できる方)

※参加希望の方のうち、操作に不安のある方は

8月18日(金) 10:00～10:45のスマホ講座に

ぜひ、ご参加ください。参加希望の方は、申込時にお伝えください。



☎ 介護予防担当 ☎
仁平(にだいら)