



令和6年(2024年)1月1日号(第14号)

地域づくり日野だより

発行：地域づくりセンター日野 藤岡市下日野2271-3
TEL：28-0220 / FAX：28-0167



ホームページ
QRコード

脳トレ・健康麻雀教室 参加者大募集!

～ 心身に不安のある方や衰えを感じている方 必見デス! ～

歳を重ねてきますと、『物忘れが多くなった』とか『今まで出来ていたことが出来なくなった』などの声を聞くことがあります。だからと言って消極的になって家にこもるようなことになると、ますます心身の健康は悪化してしまうことになりかねません。

定期的に仲間と会話し、一緒に頭を使うゲームを行いながら、いつもと違う行動をとることで、脳が刺激されます。これによってトレーニング効果が高まり、生活面での改善に繋がります。

そこで、センター日野では、下記のとおり「脳トレ・健康麻雀教室」を開催いたします。この機会にぜひご参加ください!

≪開催日時≫ 令和**6**年**2**月**2**日、**9**日、**16**日、**3**月**1**日、**8**日(全**5**回)

*いずれも**金曜日**、**13時30分**～(約2時間)

≪場 所≫ 地域づくりセンター日野

≪定 員≫ **10**名(先着順)

≪参加費≫ 無 料

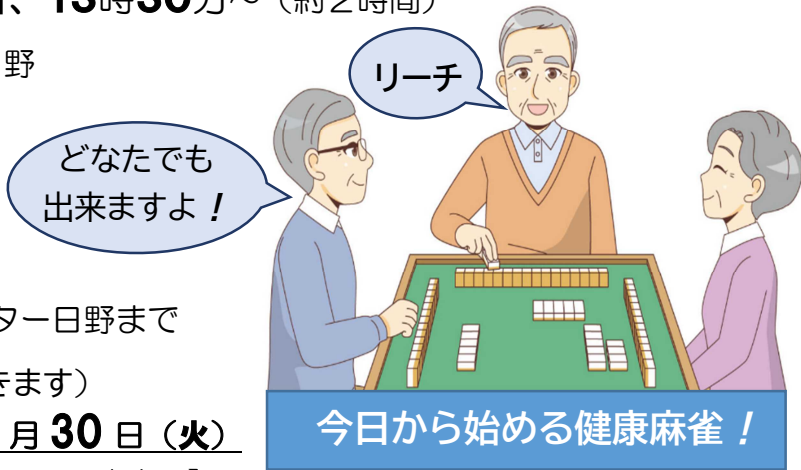
≪講 師≫ 齋 藤 一 弥

≪申込み/問合先≫ 地域づくりセンター日野まで

☎**28-0220**(電話受付できます)

申込期間**1月10日(水)～1月30日(火)**

【受付時間：日曜・祝日を除く9時～17時まで】



ボウリング大会への参加者を募集します!

令和**6**年**1**月**21**日(日)10時から(※集合は9時半)、藤岡ボールにおいてスポーツ協会日野支部主催による**ボウリング大会**が行われます。詳しくは**12月15**日号をご覧ください。

土と火の里で「かかし」を展示します!

1月10日(水)から**土と火の里公園**において、地域づくりセンターの教室生達が創作した、個性あふれる「かかし」が展示されます。是非、家族やお友達と一緒に見に来て下さい。