



吉田地区交流センターだより

吉田地区交流センター
TEL 0182-24-1131



今年度は『健康マージャン教室』を全10回開催します。

今までの麻雀のイメージとは違い、ルールとマナーを守り、ゲームを通して会話をしながら楽しむコミュニケーションの場です。

初心者の方、女性の方、経験者の方でも基礎から学べます。生き甲斐となる「楽しさ」を第一とし、参加者の『楽縁づくり』を目指しています。たくさんのご参加お待ちしております。

毎月第1月曜日【全10回】

13:30~15:30(2時間)

<会場> 吉田地区交流センター(第1会議室)

<参加費> 無料 ※飲み物はご持参ください

<定員> 15名



<申込み> 5月7日(水)~定員になり次第終了
電話にてお申込みください。
(平日 9:00~17:00 まで)

<講師> ^{まーじゃん}健康麻将全国会 地域指導員 森屋 善仁氏



吉田健康の駅 (年間予定表)

今年度も【健康の駅】と共催で開催します。
参加費は無料で、男女問わずどなたでも参加できます。当日、直接会場にお越しください。

場所: 吉田地区交流センター
(1階 第1研修室)

時間: 10:00~11:00

日時: 毎月第4水曜日

会場は1階
になります

らくらく体操は、椅子
に座ってできる簡単な
体操です♪



回	月 日	活 動 内 容
1	4月23日	◎らくらく体操、その他体操
2	5月28日	◎講話 ◎らくらく体操
3	6月25日	◎3B体操
4	7月23日	◎タッチパネル
5	8月27日	◎講話 ◎らくらく体操
6	9月24日	◎身体測定 ◎らくらく体操
7	10月22日	◎ヨーガ
8	11月26日	◎講話 ◎らくらく体操
9	12月24日	◎栄養実習 ◎らくらく体操
10	1月28日	◎講話 ◎らくらく体操
11	2月25日	◎フレイル予防
12	3月25日	◎講話、体操、次年度計画

※栄養実習にはエプロン・三角巾をお持ちください。

ご協力ありがとうございました

2月に配布しました【吉田地区交流センターに関するアンケート調査票】では、たくさんの方からご意見、ご要望をいただきました。

今後の運営に反映できるように努力してまいりますので、ご支援、ご協力の程、宜しくお願いいたします。