

まるっと

お

ちゃ

っこ会



【時間】

10:00 ~ 12:00

【場所】

楡山地区コミュニティ
センター（楡山南中町1-9）

秋田市も少しずつ暖かくなってきましたね。新緑や花々も咲きはじめる季節です。ゴールデンウィークもあり、5月は気持ちも軽やかに外出も増えるといいですね。みなさんの楽しいお話を聞かせてください。お気軽にお越しください。

5月 は 金曜 開催♪

2.9.16.23.30 日



イベントのない金曜日
もお茶っこ会は開催し
ています！

【イベント案内】

5/2 (金)

【安心キット説明会】

“安心キット”自宅で具合が悪くなり救急車を呼ぶなど「もしも...」のときに安心キットに入れてある情報を救急医療に活かすものです。事例のお話や使い方について学び、備えを増やしましょう！



5/30 (金)

【eスポーツを楽しもう！】

豊富な種類のゲームをしながら指先を使ったり、カラダ全体を動かすもの、頭を使うものなどプレイしましょう！認知症予防や加齢による身体機能が衰えやすくなる「フレイル」予防にも効果があるとされています。みんなで楽しみながらやってみましょう！



【共催】 秋田市地域支え合いセンター、秋田市社会福祉協議会、楡山地区コミュニティセンター

【協力】 秋田まるっと会議、秋田市復興支援チーム

【問い合わせ】 秋田市地域支え合いセンター（秋田市社会福祉協議会）018-895-5033