

生きがい世田谷の会会員のみなさまへ

会員の皆さまはいかがお過ごしでしょうか・・・
今後の予定をご案内いたします。

記

1 例会の案内 2023年度特別研修会

(前回案内済み)

- 日時 ①2023年6月24日(土) 15:00~17:00
②2023年7月22日(土) 15:00~17:00
③2023年9月23日(土) 15:00~17:00
④2023年10月28日(土) 15:00~17:00
- 会場 ひだまり友遊会館 1階「ふれあいルーム」
- 講師 長谷川 宏 氏ほか3名
- テーマ 「はじめよう!フレイル対策」(別紙ご参照)

*2023年度「重点施策」である「年をとっても元気でいたい
それには「フレイル対策」が必要です。
その具体的な方法を①~④の日程でご案内する研修会です。

2. 生きがいうオッチングの案内

- ①日時 2023年10月21日(土) 10:00~13:00
- 集合 小田急線 向ヶ丘遊園駅 南口改札口
- コース 集合場所 → (徒歩約15分) → 日本民家園正門
(園内見学、園内蕎麦屋にて早目の昼食) → 奥門から
退園 → 「かわさき宙(そら)と緑の科学館」にて
小休止 → 一時解散 *「生田緑地ばら苑」が
一般公開されていれば希望者は見学予定

3. カラオケの会の案内 (別名「おとずれ」)

- 日時 毎月第1火曜日 14:00~16:00
- 会場 「オリーブ」(03-3418-4451)
東急世田谷線「松陰神社駅」踏切隣り
- 料金 1000円(歌いたい放題、1ドリンクつき)
参加希望者は現地に集合してください。

以上