

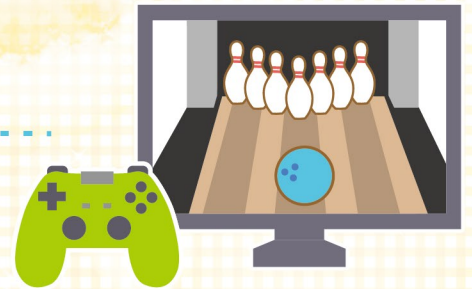
すくと都島 みやこじま

vol.9
令和6年3月

地域の活動に参加して、住み慣れた場所でいきいきと暮らしませんか？
生活支援コーディネーターが地域の素敵な情報をお届けします。

eスポーツ始めました!!

シニア世代を中心に、注目を集めているeスポーツ。
頭や手先を使うため、脳の活性化や認知症予防にもつながります。
コンピューターゲームを使用して対戦を行います。



ゲームでボウリングを
実施中

活動実施日

日時 毎週火・金 11時～

場所 中野福祉会館



始める前には
ラジオ体操も

活動の形になるまでをご紹介します