市民センター広報
第173号
# ふじさわ
発　行:藤沢市民センター
発行日:令和8年10月23日
電　話:63-5515　FAX:63-5517
メールアドレス:fuji@dontokoi-f.com
皆さんからの情報をお待ちしています

高齢者事業

## 笑いヨガ教室

９月16日、高齢者事業「笑いヨガ教室」を開催しました。
１０名の参加者のみなさんと、一瞬にして笑いヨガの魅力に引き込まれました。髙橋聖子先生に導かれ、自然にみなさんの顔が笑顔に・・





笑いヨガ以外にも、氣功体操やジブリッシュ（でたらめ言葉）も体験しました！



気軽にできて免疫力アップにもなる！



参加者募集します

## 11月の予定

成人事業

### カメラ講座　野外編

■日　時：１１月２７日(金)
　　１０:００～１２:００
■場　所：藤沢市民センター
■対　象：一関市民、勤務の方
■募　集：10人
■持ち物：カメラまたはスマホ
■締　切：１１月２０日(金)









成人事業

### スマホ教室



「告知放送」は令和9年3月で終了します。ケーブルテレビによる地デジや11チャンネルのふじさわテレビの放送はこれまでどおりです。
　暮らしの情報の集め方について、スマホ教室を全5回開催します。内容は毎回同じですので都合の良い日時で、何度でもご参加ください。「何がわかるのか」「どう登録するのか」をご紹介します。定員各20人ですが、当日まで受け付けます。



ふじさわ市民センター開催日

■１１月１０日(火)　１０:００～１２:００
■１１月１７日(火)　１３:３０～１５:３０
■１２月　２日(水)　１８:００～２０:００

黄海分館　開催日

■１１月２４日(火)　１０:００～１２:００
■１２月　９日(水)　１３:３０～１５:３０

●申込み･問合せ先／藤沢市民センター TEL：63－5515