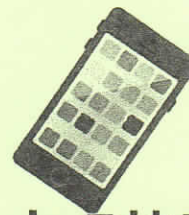


健康づくりに役立つ

静岡県新たな生活様式に即した健康づくり事業

ICT アドバザーによる



# スマホ健康アプリ使い方講習

～健康づくりや介護予防にスマホを活用してみませんか？～

体調・体重管理、体カづくりなど健康に役立つサイトやアプリの使い方、  
万歩計、脳トレ、ゲームの使い方を学べます。

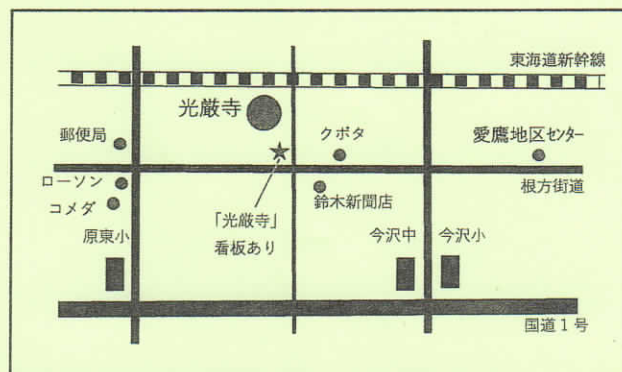
講師) 静岡朝日テレビカルチャー ICT アドバイザー 杉山 マリ 氏

〈日時〉 令和3年12月13日(月) 10時から12時

受付は9:40から

〈場所〉 光厳寺(鳥谷497)

※駐車場あり Wi-Fi環境あり



〈対象〉 50歳以上でスマホをお持ちの方ならどなたでも

※当日スマホをご持参ください 参加費無料

〈定員〉 15名 ☆ 必ず事前に申し込みをしてください



《問い合わせ・申し込み》

あしたか地域包括支援センター

055-967-2988