



# Smile to smile 登録支援会のお知らせ

11月より、10月7日付でセンターより送付いたしました、

smile to smile への登録支援会を行います。

登録の方法がわからない方、自信のない方は是非ご参加ください

※必ずスマートフォンと登録用紙を持参してください。

時 間 各回 14時～16時

場 所 鶴ヶ島市シルバー人材センター 第二会議室

参加方法 各回 1週間前までに事務局まで電話(各回上限 20名、先着)

※ご予約の際に時間を指定させていただきます。必ず電話

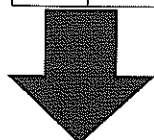
で事前に予約をお願いします。

※1週間前までに参加者不在の場合不開催

開催日 令和6年11月～令和7年3月 各月の○のついている日

11月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	⑫	13	14	⑮	16
17	18	19	20	⑳	㉑	23
24	25	26	27	㉘	29	30

12月						
日	月	火	水	木	金	土
1	②	③	④	5	6	7
8	9	⑩	11	⑫	⑬	14
15	16	17	⑱	19	⑳	21
22	23	㉒	25	26	27	28
29	30	31				



1月以降の開催日は裏面をご確認ください

1月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	⑬	17	18
19	20	21	⑮	23	24	25
26	⑰	28	29	30	31	

2月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	③	4	5	6	7	8
9	10	11	12	⑬	14	15
16	⑰	18	19	20	21	22
23	24	⑮	26	27	28	

3月						
日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	⑤	6	7	8
9	10	11	12	⑬	14	15
16	17	18	⑱	20	21	22
23	⑳	25	26	27	28	29
30	31					

# 花の寄せ植え講習会

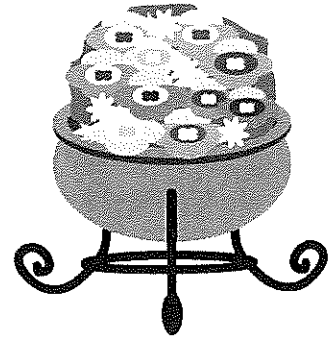
令和6年10月31日

公益社団法人鶴ヶ島市シルバー人材センター

福利厚生委員会

毎年恒例、花の寄せ植え講習会を開催いたします。



皆様のご参加をお待ちしております！！



日にち 令和6年12月4日(水)

時間 10時～12時まで ※終了後、写真撮影の後各自解散

場所 鶴ヶ島市シルバー人材センター会議室

持ち物 軍手・シャベル・持ち帰り用のビニール袋  

会費 1,500円(プランター・花)

受付期間 令和6年11月1日(金)～11月15日(金)まで

人数 25名程度

※下記の申込書に必要事項を記入のうえ、会費を添えて事務局までお申込み下さい。

※当日は必ずマスクを着用してください




## 領 収 書



令和6年 月 日

様

金 1,500円也

但し、プランター・花代として(取扱者: )

## 申 込 書

会費1,500円を添えて申し込みます。

令和6年 月 日

住所: 鶴ヶ島市 \_\_\_\_\_

氏名 \_\_\_\_\_

電話 \_\_\_\_\_

令和6年10月31日  
鶴ヶ島市シルバー人材センター  
女性委員長 駒形 農子

# 「健康寿命について考える女性セミナー」

## 開催のご案内

女性会員の皆様におかれましては、平素、女性委員会の各種行事にご参加いただきありがとうございます。いつまでも若々しく暮らすために、健康アップ、ビューティーアップのために「女性のためのアンチエイジング」講座に参加してみませんか。友人・知人などお誘いあわせの上、ぜひお気軽にご参加ください。

日 時：令和6年11月20日（水）午後1時30分～3時

場 所：鶴ヶ島市保健センター 研修室（2階）

対 象：市内在住で60歳以上の女性

内 容：講演「女性のためのアンチエイジング」

骨盤底筋エクササイズ・栄養の話・口腔ケアなど

講 師：鶴ヶ島市保健センター 保健師・管理栄養士・歯科衛生士

定 員：20名（申込先着順で定員になり次第締め切り）

参加費：無料

持ち物：筆記用具・飲み物（水分補給のため）

※お申込みは令和6年11月15日（金）までに下記へお願いします

鶴ヶ島市シルバー人材センター

女性委員会事務局 藤倉 ☎049-285-8172