

高齢者のパソコン操作と交流で 心身機能の維持向上を!



活動内容 会員は70歳～85歳で元気にパソコン操作をしています。屋内活動は高齢者向けパソコン・スマートフォンの操作勉強や健康体操とお茶会、屋外活動の名所旧跡散策・風景写真撮影や食事会活動で各自の指操作や視聴覚・運動能力を活性化し、加齢を抑制する活動を行っています。

活動目的 パソコンの操作で脳の活性化。屋外活動参加で心身機能を活性化。交流会で孤独感の減少

わいわいタウン

活動日:火曜(月により変わる)

活動場所:UR北砂七丁目団地集会所

参加費:毎月1,000円/**参加条件:**高齢者(パソコン持参できる方)

担当:渡邊

