

エンジョイ
あかまる
だより

暑さの厳しい夏でしたね。皆さん体調の方は大丈夫でしょうか？

さて、8月はお盆でお休みだった「エンジョイあかまる」ですが、9月15日(金)に第4回目を行います。暑さも少し和らぐと思われるので、久しぶりに皆さんで集って楽しみましょう！



囲碁の準備も
しております。
一局いかがです
か？



久しぶりに将棋を指
してみたい方はおられま
せんか？男性の方も
お気軽にどうぞ！



4人そろったら麻雀
ですよね♪
健康麻雀で頭も
スッキリ！



いつものようにゲームや
ニュースポーツ、お菓子や
お茶もお楽しみいただけま
す♪

9月15日、エンジョイあか
まるの特別企画として、「カル
シウムたっぷりフレイル
予防」のメニューの調理実
習を行います。参加者に若
干空きがありますので、ご
希望の方は、公民館まで
お問い合わせください。



10月のエンジョイあかまるは
10月20日(金)です。
ご参加お待ちしております。
時間 : 10:00~14:00
参加費 : 100円
お問い合わせ・申し込みは
赤丸公民館 31-3579
(9:00~16:00)