

# 12月と1月の スマホ教室 予約状況

【R6.11.27現在】

	時間		12/10	1/16	
			火	木	
1	10:00	~	11:30	予約済	
2				予約済	
3				予約済	
4					
5					
6	13:00	~	14:30	予約済	
7					
8					
9					
10					
11	15:00	~	16:30		
12					
13					
14					
15					



**大好評**

**スマホ教室と同時開催**

骨健康度測定器による **骨の健康チェック**

**無料**

無料で試供品の提供があります

株式会社目久美様のご協力をいただき、開催します。骨粗鬆症ってご存じですか？  
 血液中のカルシウムが不足すると骨からカルシウムを取り出して補います。  
 その結果、骨の新陳代謝のバランスがくずれ骨量が減少します。

開催日：令和7年1月16日（木）  
 時間：10時00分～16時30分  
 場所：米子市シルバーワークプラザ 2階

ご自身の『骨』の状態が分かり健康への意識がさらに高まります！



**12月・1月**

**シニア向けスマホ教室**



誰でも参加できます！

**誰でも簡単に使える  
便利なアプリ講座**

**ご家族様・お友達とご参加ください。**

- 開催日 12月10日（火）・1月16日（木）
- 開催場所 米子市シルバーワークプラザ 2階<多目的ホール>
- 時間
  - ① 10時00分～11時30分
  - ② 13時00分～14時30分
  - ③ 15時00分～16時30分



日頃の感謝を込めて  
ご参加様全員に！  
・カレー  
・生活用品  
をご用意しています。

申込・問い合わせ先 ※お気軽にお問合せ下さい

「スマホ教室参加申込！」とお伝えください。

電話番号 (0859) - 32 - 2633 (担当:大久保)