



# だんだん

「だんだん」は地域の方々が気軽に集まれるサロンです。

イベントや、おしゃべりをお茶を飲みながら楽しみます。医療や福祉の専門家もいますので相談もできます。



今回は鎌倉市市民健康課による体力測定を行います。普段から運動を心掛けている方、そうでない方も年齢からみただご自分の評価をしてみたいはいかがでしょうか。

毎回好評の苜谷ナースによる爪切りもあります。巻き爪や肥厚した爪の方などお申し込みください（先着4名）



「お悩みスマホコーナー」あります。ラインってどうやるの？この機能って？など散歩ついでに立ち寄り、質問できますよ。

おすすめ



**開催日時：令和6年3月17日（日）**

**13：30～15：00**

**場所：中国茶 茶風（西鎌倉1-18-4）**

**参加費：200円（お茶、お菓子代）**

**問い合わせ先：渡辺 ☎090-4227-6566**

今後の予定

R6.5.19（日）

R6.7.21（日）



主催：西鎌倉地区社会福祉協議会

協力：鎌倉市 // テイ・西かま

地域包括支援センター聖テレジア第2

かまくら在宅生活相談センター

かまくら認知症ネットワーク