

パソコン入門

参加者募集のお知らせ

障害者手帳をお持ちの方で
初心者の方が対象です。
スイッチを入れるところから
ゆっくり習いましょう。
いつからでも始めることができます。
興味のある方
お気軽にご相談ください。

日時 **毎週金曜日 10:00～12:00**

参加費 100円/月

※パソコンを持ち込みできる方、優先。

かろやか水中ウォーク

今年も水中ウォークを開催します。
音楽に合わせて歩いたり、楽しい用具を
使って水中で身体を動かします。

日時 **6月20日・27日、7月4日**

いずれも木曜日

14:00～15:00

場所 **びんご運動公園**

コミュニティープール(現地集合)

講師 **吉原 重臣さん(尾道市水泳連盟)**

持参物 水着、水泳帽、タオル、障害者手帳

※必ず事前申し込みが必要です。

ボランティアの方も一緒ですので安心
してご参加ください。みんなで楽しく
身体を動かしましょう!!

あったかクッキング

旬の食材を使って身体にやさしい
料理をつくります。

日時 **6月12日(水) 10:00～13:00**

場所 **総合福祉センター3階 調理実習室**

講師 **岡本 節子さん**

定員 20名

参加費 1人500円以内

持参物 **エプロン、三角巾、ふきん、台ふき**



※申込みは**6/5(水)9:30まで**電話、
窓口で受け付けます。
(定員になり次第しめきります。)

つどい

《ポーセラーツ体験④》

白い陶器に転写紙(特殊なシール)を
貼って自分だけの器をつくりませんか。
今回で4回目になる人気の体験教室です。

日時 **6月26日(水) 10:00～11:30**

場所 **総合福祉センター1階 作業室**

講師 **國竹 一栄さん**

定員 15名

参加費 600円～1,000円

(カップ、皿など選ぶ材料によってかわります。)

※申込みは**6/11(火)9:30から**電話、
窓口で受け付けます。
(定員になり次第しめきります。)

※後日、作品を取りに来ていただくようになります。

～問い合わせ・申込み～ (月曜日休館日)

尾道市障害者福祉センター (尾道市社会福祉協議会 内)

住所: **尾道市門田町22-5**

電話番号: **(0848) 22-8385**

FAX: **(0848) 20-0120**