

今泉地区の皆さま

学んで元気！

今泉地区コミュニティ協議会

今泉地区健康づくり推進員会

『スマートフォンで健康に』
(LINE編)


木々の葉も見事に色づく季節となりました。皆さまいかがお過ごしでしょうか。

さて、今泉地区健康づくり推進員会では、学んで元気！『スマートフォンで健康に（LINE編）』を下記の通り開催します。宮デジサポーターをお迎えして、勉強会を開催します。

コミュニケーションツールのLINEを使うことで、精神的な満足感や幸福感といった心の健康状態が良く、健康を保つのに寄与するといった調査結果もあり、LINEには、他にも健康情報を受け取ったり、家族や友人との安否確認に活用する方法があります。

スマホを使って健康に！デジタル生活の一步を踏み出してみましょう！

皆さまのご参加をお待ちしております。

記

日 時 : 12月2日（火） 午前10時～12時頃
場 所 : 今泉地域コミュニティセンター 会議室A・B
内 容 : 学んで元気！

『スマートフォンで健康に』（LINE編）

講 師 : 宇都宮市宮デジサポーター

費 用 : 無料

持ち物 : 使用しているスマートフォン 筆記用具 飲み物

定 員 : 20人（どなたでもご参加いただけます）

申込み : 今泉地域コミュニティセンターにご来館いただくか、
お電話でお申込みください。

※ 申込み人数が定員を超えた場合は先着順となります。

締切り : 11月28日（金）

