



# JA系島女性部 しあわせの広場 『ちょこっとルーム』

コロナ禍でお友達に会わない日が増えたり、ご自宅でテレビの時間が増えたりと友人やご近所さんとの会話が減っていませんか！

JA系島女性部では、系島地域の皆さんに長く健康にいるための体とお口をちょこっと動かして気持ちよく毎日を過ごす『ちょこっとルーム』を開講します。

ぜひ、足を運んでみてはいかがでしょうか。 ご参加お待ちしております。

## ★第1回の内容

- ・みどり先生のちょこっと体操
- ・旬の料理紹介
- ・キラットクイズ
- ・家の光見どころ・読みどころ

★日 時 ①令和3年 9月29日(水) ②どちらかにお申込み下さい  
②令和3年 10月13日(水)  
午後1時30分から (午後3時に閉会予定)

★場 所 JA系島食育研修センターいきいき  
系島市志摩小富士 14-5 電話 321-5080

★募集対象者 系島地域にお住まいで年齢70歳以上の皆さん

★募集人員 10名(先着順・定員になり次第締切)

★参加費 無料



★お申込み先 JA系島食育研修センターいきいき

系島市志摩小富士 14-5 電話 321-5080

\*申込み締切 令和3年8月30日(月) 定員になり次第終了

\*新型コロナウイルス感染者増加が懸念されるときは、中止や延期になる場合があります。

申込書

お名前

住所

電話番号

申込日程 9/29 ・ 10/13

\*どちらかに○印の記入