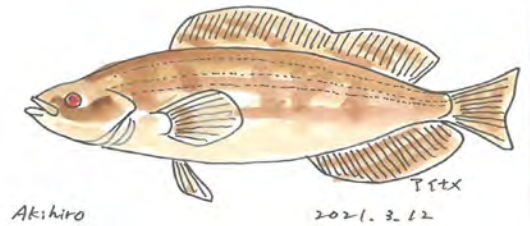


中央地域活動支援センター
〒651-0076
神戸市中央区吾妻通 4-1-6
コムスタこうべ内 北棟 2 階
TEL (078) 262-7511
FAX (078) 251-0311

スマイル NOW 5月号

皆さんいかがお過ごしでしょうか。
食生活に気を付け、よく寝て、心と体の状態に気を配りましょう。



★★5月のテイケアのご案内★★

○室内のコロナ対策○



エアコンをつけていても
1 時間に 1 回は換気をしましょう

マスクは必ず着用しましょう
マスクを外した状態で
大きな声でのお喋りは控えましょう



引き続き、手洗い・うがい、
手指のアルコール消毒を実践しましょう

来所時のお願い



- 手洗い、検温、マスク着用を励行しています。👏👏👏
(熱が 37.5℃以上の方のご利用はご遠慮願います)
- 対面で接近しての会話はお控えください。
感染予防に努めましょう！！

※当センターでは2方向換気と皆さんが触れる箇所や
道具の消毒をこまめに行っております。

スマートホンの使い方を学ぼう♪

日 時 : 5 月 11 日 (火) 14:30~16:00
場 所 : 交流室
費 用 : 無料



ドコモショップの講師の方をお招きし
スマートホンの基本の使い方を学んだり、皆さんの質
問にも気軽にお答えしていただけるので、
ふるってご参加ください♪。

メンバー希望プログラム

生田川周辺の公園で遊ぼう♪

日 時 : 5 月 25 日 (火) 14:00~15:00
場 所 : 生田川周辺の公園
集 合 : 支援センター
費 用 : 無料
持ち物 : ○お茶等、水分補給できるもの。



○動きやすい服装

外でお日様を浴びて、バトミントンなどを行い、
のんびり外遊びを楽しみましょう♪。

※コロナ対策を心掛けます。近距離で集まらないよう
にし、出発前の検温、マスク着用をお願いしてありま
す。

楽しいラジオ体操！

日 時 : 5 月 26 日 (水) 14:00~15:00
場 所 : 交流室
費 用 : 無料
持ち物 : 動きやすい服装



YouTube の解説付き映像を観ながら、皆で楽しく体を動か
しましょう♪