

WEBでサロン・3月最終版



皆さま

いつもWEBサロンへの応援をいただきまして、ありがとうございました。

2020（令和2）年7月にスタートした、ZOOMを使っのWEBサロンは、残念ながら、この3月末をもって終了といたします。

スタート当時、コロナの感染拡大を受けて、サークル・サロン活動や、各種講座、シーズネット祭りなどの開催を断念せざるを得なかった状況だからこそ、「感染防止に注意しつつ、孤独にもならず、いかに健康寿命を延ばすのか。」この難題を模索する新たな試みとして、奥田理事長が「WEBでサロン」を始められました。

「ZOOMの使い方研修会」も行い、多くの皆さんの新しいことにチャレンジしたいという気持ちに支えられ「よっちゃんとお歌おう」、「WEB脳活塾」、札幌西円山病院リハビリテーション部のご協力による「オンライン介護予防教室」など、多くのプログラムをお届けすることができました。

コロナが5類に移行して間もなく一年、以前の活動が戻りつつあり、WEBサロンも一定の役割を果たしたと考え、3月末をもって終了とさせていただきます。

講師の方々のご協力と、ご参加の皆さまのご支援に、深く感謝申し上げます。

※ ZOOMは、これからも色々な場面で活用できる便利なツール（道具）です。
サークル活動や打ち合わせなどに、ZOOMを活用されたい場合は、ぜひご相談ください。

3月14日（木）午前11時～11時30分 よっちゃんとお歌おう（82回目）

アコーディオンを抱えた歌姫よっちゃんと一緒に歌って、楽しい時間を過ごしましょう♪。歌の合間のアコーディオン演奏も素敵ですよ！

会場参加（先着10名、参加費300円）の受付は、電話またはメールで予約をお願いします。



3月22日（金）午後1時30分～2時30分

オンライン介護予防教室～あなたの肩は固い?! 肩こり解消法を伝授～

誰もが一度は経験したことがある肩こりのお悩みを、札幌西円山病院リハビリテーション部理学療法士の松下瞳さんが徹底解説します！

後半には肩こり解消の体操も行いますよ！

皆さん、ふるってご参加ください!!

3月26日（火）午後1時30分～2時00分 WEB脳活塾（39回目）

「脳活の種」が絶賛発売中の脳活塾塾長の柿沼さんが脳活トレーニングを行います。

体操、おしゃべり、頭を使うなど、楽しさでんご盛り！楽しいですね！
皆さん、楽しくたくさん頭を使って、脳を活性化させましょう！



3月28日（木）午前11時～11時30分

よっちゃんとお歌おう（83回目）

いつも元気満タンで、楽しい歌と会話を届けてくれる、よっちゃんは最終回も絶好調！

奥田理事長とリコーダー・サークルも登場して楽しく盛り上げます。

会場参加（先着10名、参加費300円）は、電話またはメールで予約をお願いします。皆さん！ぜひ会場にお越しください！

- 担当・問い合わせ：福田
- 会場：札幌市北区北10条西4丁目1 SCビル2階 シーズネット
- 電話：011-717-6001
- メールでのお申込み：seedsnet.zoom@gmail.com