

# 輝くシニア 健康・生きがいを支援します

NPO法人ときめきライフ埼玉は地域の人々が、健康で生きがいのある生活を過ごせるよう、心豊かに安心して暮らせるコミュニティづくりを目指し、埼玉県所沢市を中心に活動しています。

どなたでも自由に参加できます。  
お友達をお誘い合わせのうえ、お気軽お申込みください。



2月	2日	土	9:00~12:00	所沢市民体育館	
			<b>所沢レクリエーション祭り ディスコン</b>		
			誰にでもできる屋内スポーツです。カーリングのようにディスクを投げポイントを競います。		無料・事前申込不要
	23日	土	13:30~15:20	所沢市こどもと福祉の未来館	
			<b>ときめきサロン(エル・トコ・ウクレレ=代表豊田久男氏)</b>		
			ウクレレの演奏に合わせて懐かしい歌を唄いましょう。歌声喫茶のような楽しいひと時を過ごします。		参加自由 参加費500円
	25日	月	9:30~15:00	所沢市役所1階	
			<b>所沢市ボランティア人材バンクフェア</b>		
	26日	火			参加自由
			「健康生きがいをづくりアドバイザー」として活躍する仲間と日々の活動を紹介します。		
	27日	水	10:00~16:00(1日は15:00終了)	所沢市役所1階	
			<b>所沢市民活動見本市</b>		
3月	1日	金			参加自由
			私たちの活動を皆さんにご紹介し、共に活動する仲間を募集します。		
	2日	土	13:30~15:30	所沢市生涯学習推進センター	
			<b>所沢市ボランティア人材バンクフェア 講座:座学とワークショップ</b>		
			人生100歳時代をどう生きるか。健康・生きがいをづくり、将来の生活をどう過ごすか考えよう!		参加自由
	20日	水	11:00~15:00	お台場	
			<b>施設見学会(フジテレビ)</b>		
			NPOの活動として各種の施設見学を毎年実施しています。		※募集終了
	23日	土	13:30~15:20	所沢市こどもと福祉の未来館	
			<b>ときめきサロン(中新井小町=代表原嶋厚子氏)</b>		
			楽しい歌と演奏を楽しみましょう。歌声喫茶のような楽しいひと時を参加者全員で過ごします。		参加自由 参加費500円
	29日	金	13:00~16:30	所沢市こどもの福祉と未来館	
			<b>第4回オープン所沢ディスコン大会</b>		※事前申し込み
			誰でもできるディスコンの大会を所沢で開催。興味のある方はぜひご参加ください。		締切り：3月16日

お申込み・お問合せ

 **IPO法人ときめきライフ埼玉**

お問い合わせ TEL : 04-2955-1835 E-mail : sa-hideo@fb4.so-net.ne.jp