

どなたでもご参加いただけます

シニアライフセミナー



あんしん



第8回

令和6年

11/25 月

午後 13:30 ~ (30分程度)

参加無料

デジタル活用のすすめ

講師

新宿ヒロクリニック
相談員

杉崎 俊公



デジタル初心者の方にも
わかりやすくお話しします。
デジタル化の身近な具体例や
メリットもご紹介！

お申し込み不要

会場ご参加

直接お越しください

新宿ヒロクリニック

※エレベーターあります 2階



会場風景

感染対策をしています



要申込

オンライン視聴

LIVE 後日アーカイブも配信予定

ご希望の方は
QRコードからお申込みください
お申込締切 11/23 (土)



<https://forms.office.com/r/AMYLUsmEyM>

第9回は 令和7年 1/27日

テーマ 虚弱にならないための運動
～ヒロクリ体操～

※令和6年12月の開催はありません

第1回～のアーカイブご覧いただけます

要申込 これまで配信した全ての動画をご覧いただけます
ご希望の方はQRコードからお申込みください
お申込締切 12/22 (日) <https://forms.office.com/r/XcpQD8iarm>

