

まるっと

お

ちや

っこ会

長い冬が終わり、春になろうとしています。1歩外へ出てみませんか？

よかったらぜひ一緒にお話ししましょう。

最近の楽しかったこと、大雨の被害のこと、生活の中のお困りごとなど。

お茶とおやつを用意してお待ちしています。よければおともだちも一緒にご参加ください。

常連さんも、はじめましての方も、お久しぶりの方もお待ちしております！

3月は水曜開催♪

5.12.19.26日

【時間】 10:00 ~ 12:00

【場所】 東地区コミュニティセンター（秋田市広面字鬼頭 38）

3/  
(水) 12

### 演奏会「あるまんど山平withベル・ヴィエントス」

秋田市在住の作曲家、演奏家による演奏をお楽しみください！「癒し」を一つのテーマにし心に響くアコースティック・ミュージックを中心に北東北に根ざした音楽をめざし、ソロ、グループなど問わず多彩なジャンルの演奏家と共演しています。



3/  
(水) 26

### 認知症予防クイズ

40代から現れはじめる認知機能の低下。認知症予防と聞くと高齢者のイメージが強いですが、実際はどの年代の人にも有効な方法です。無料でできる脳トレで、脳を活性化させ、早いうちから日常的に頭を使う習慣をつけましょう！



【主催】 秋田市地域支え合いセンター、秋田市社会福祉協議会、東地区コミュニティセンター

【協力】 秋田まるっと会議、秋田市復興支援チーム、秋田災害支援プロジェクト alecole

【問い合わせ】 秋田市地域支え合いセンター（秋田市社会福祉協議会） 018-895-5033