

# 高齢者のための

# eスポーツ体験・スマホ相談

参加費無料  
予約不要

## 実施内容

### シルバーeスポーツ体験支援

- ・ぷよぷよeスポーツ
- ・太鼓の達人

### スマホよろず相談

- ・スマートフォンの操作方法
- ・メールやLINEのやり方など、ちょっとした困りごと

## こんな時にどうぞ

- ・バスの待ち時間に
- ・サークル活動などの帰りに
- ・地元でeスポーツの体験をしたい
- ・ちょっとしたことを近くの施設で相談したい

eスポーツは  
認知症予防に  
効果があります



※スマホよろず相談は初心者向けになっています。内容によってはお答えできない場合があります。

各会場 10時から15時まで ※12時から13時まではお昼休憩

(祝日・年末年始・休館日は除く)

| 会場                            | 月  | 火              | 水  | 木              | 金              |
|-------------------------------|----|----------------|----|----------------|----------------|
| 市役所<br>(1階市民課前・<br>6階打合せスペース) | 毎週 | —              | —  | —              | —              |
| 老人福祉センター「逆木荘」                 | —  | —              | 毎週 | —              | —              |
| 北市民センター<br>(ロビー)              | —  | 第1<br>第3<br>第5 | —  | —              | —              |
| 西市民センター<br>(ロビー)              | —  | 第2<br>第4       | —  | —              | —              |
| 南市民センター<br>(ロビー)              | —  | —              | —  | 第1<br>第3<br>第5 | —              |
| 大橋市民センター<br>(ロビー)             | —  | —              | —  | 第2<br>第4       | —              |
| 東市民センター<br>(ロビー)              | —  | —              | —  | —              | 第1<br>第3<br>第5 |
| 富士見センター<br>(ロビー)              | —  | —              | —  | —              | 第2<br>第4       |

開催日については裏面をご覧ください

※会場については変更になる場合があります

問い合わせ先 鶴ヶ島市役所 健康長寿課 高齢者福祉担当 ☎049-271-1111

2024年4月

| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 31  | 1   | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |
| 7   | 8   | 9   | 10  | 11  | 12  | 13  |
|     | 市役所 | 西   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 14  | 15  | 16  | 17  | 18  | 19  | 20  |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |
| 21  | 22  | 23  | 24  | 25  | 26  | 27  |
|     | 市役所 | 西   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 28  | 29  | 30  |     |     |     |     |
|     | 休み  | 北   |     |     |     |     |

6月

| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 26  | 27  | 28  | 29  | 30  | 31  | 1   |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |
| 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   | 8   |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |
| 9   | 10  | 11  | 12  | 13  | 14  | 15  |
|     | 市役所 | 西   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 16  | 17  | 18  | 19  | 20  | 21  | 22  |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |
| 23  | 24  | 25  | 26  | 27  | 28  | 29  |
|     | 市役所 | 西   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 30  |     |     |     |     |     |     |
|     |     |     |     |     |     |     |

8月

| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 28  | 29  | 30  | 31  | 1   | 2   | 3   |
|     |     |     |     | 休み  | 東   |     |
| 4   | 5   | 6   | 7   | 8   | 9   | 10  |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 11  | 12  | 13  | 14  | 15  | 16  | 17  |
|     | 休み  | 西   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |
| 18  | 19  | 20  | 21  | 22  | 23  | 24  |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 25  | 26  | 27  | 28  | 29  | 30  | 31  |
|     | 市役所 | 西   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |

5月

| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 28  | 29  | 30  | 1   | 2   | 3   | 4   |
|     |     |     | 逆木荘 | 南   | 休み  |     |
| 5   | 6   | 7   | 8   | 9   | 10  | 11  |
|     | 休み  | 北   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 12  | 13  | 14  | 15  | 16  | 17  | 18  |
|     | 市役所 | 西   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |
| 19  | 20  | 21  | 22  | 23  | 24  | 25  |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 26  | 27  | 28  | 29  | 30  | 31  |     |
|     | 市役所 | 西   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |

7月

| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 30  | 1   | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |
| 7   | 8   | 9   | 10  | 11  | 12  | 13  |
|     | 市役所 | 西   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 14  | 15  | 16  | 17  | 18  | 19  | 20  |
|     | 休み  | 北   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |
| 21  | 22  | 23  | 24  | 25  | 26  | 27  |
|     | 市役所 | 西   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 28  | 29  | 30  | 31  |     |     |     |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 |     |     |     |

9月

| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1   | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |
| 8   | 9   | 10  | 11  | 12  | 13  | 14  |
|     | 市役所 | 西   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 15  | 16  | 17  | 18  | 19  | 20  | 21  |
|     | 休み  | 北   | 逆木荘 | 休み  | 東   |     |
| 22  | 23  | 24  | 25  | 26  | 27  | 28  |
|     | 休み  | 西   | 逆木荘 | 大橋  | 休み  |     |
| 29  | 30  |     |     |     |     |     |
|     | 市役所 |     |     |     |     |     |

10月

| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 29  | 30  | 1   | 2   | 3   | 4   | 5   |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |
| 6   | 7   | 8   | 9   | 10  | 11  | 12  |
|     | 市役所 | 西   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 13  | 14  | 15  | 16  | 17  | 18  | 19  |
|     | 休み  | 北   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |
| 20  | 21  | 22  | 23  | 24  | 25  | 26  |
|     | 市役所 | 西   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 27  | 28  | 29  | 30  | 31  |     |     |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 南   |     |     |

12月

| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1   | 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |
| 8   | 9   | 10  | 11  | 12  | 13  | 14  |
|     | 市役所 | 西   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 15  | 16  | 17  | 18  | 19  | 20  | 21  |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |
| 22  | 23  | 24  | 25  | 26  | 27  | 28  |
|     | 市役所 | 西   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 29  | 30  | 31  |     |     |     |     |
|     | 休み  | 休み  |     |     |     |     |

2025年2月

| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 26  | 27  | 28  | 29  | 30  | 31  | 1   |
|     |     |     |     |     |     |     |
| 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   | 8   |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |
| 9   | 10  | 11  | 12  | 13  | 14  | 15  |
|     | 市役所 | 休み  | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 16  | 17  | 18  | 19  | 20  | 21  | 22  |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |
| 23  | 24  | 25  | 26  | 27  | 28  |     |
|     | 休み  | 西   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |

11月

| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 27  | 28  | 29  | 30  | 31  | 1   | 2   |
|     |     |     |     |     | 東   |     |
| 3   | 4   | 5   | 6   | 7   | 8   | 9   |
|     | 休み  | 北   | 逆木荘 | 南   | 富士見 |     |
| 10  | 11  | 12  | 13  | 14  | 15  | 16  |
|     | 市役所 | 西   | 逆木荘 | 大橋  | 東   |     |
| 17  | 18  | 19  | 20  | 21  | 22  | 23  |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 南   | 富士見 |     |
| 24  | 25  | 26  | 27  | 28  | 29  | 30  |
|     | 市役所 | 西   | 逆木荘 | 大橋  | 東   |     |

2025年1月

| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 29  | 30  | 31  | 1   | 2   | 3   | 4   |
|     |     |     | 休み  | 休み  | 休み  |     |
| 5   | 6   | 7   | 8   | 9   | 10  | 11  |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 12  | 13  | 14  | 15  | 16  | 17  | 18  |
|     | 休み  | 西   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |
| 19  | 20  | 21  | 22  | 23  | 24  | 25  |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 26  | 27  | 28  | 29  | 30  | 31  |     |
|     | 市役所 | 休み  | 逆木荘 | 南   | 東   |     |

2025年3月

| 日曜日 | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 | 土曜日 |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 23  | 24  | 25  | 26  | 27  | 28  | 1   |
|     |     |     |     |     |     |     |
| 2   | 3   | 4   | 5   | 6   | 7   | 8   |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 南   | 東   |     |
| 9   | 10  | 11  | 12  | 13  | 14  | 15  |
|     | 市役所 | 西   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 16  | 17  | 18  | 19  | 20  | 21  | 22  |
|     | 市役所 | 北   | 逆木荘 | 休み  | 東   |     |
| 23  | 24  | 25  | 26  | 27  | 28  | 29  |
|     | 市役所 | 西   | 逆木荘 | 大橋  | 富士見 |     |
| 30  | 31  |     |     |     |     |     |
|     | 市役所 |     |     |     |     |     |