

＼ スマホではじめる！ ／
健康づくり講座



定員 各会場 10名

持ち物 ご自身のスマホ

参加費
無料
要予約

脳も体も元気に過ごしたいですね！
健康づくりに役立つスマホの使い方をお伝えします♪
お持ちのスマートフォンがもっと便利に♪
スマホをうまく使いながら健康づくりをはじめませんか？

講師
ソフトバンク株式会社
黄瀬 清典 氏

どんなことを学ぶの？ ★全3回の連続講座です★

第1回：スマホの基礎 アプリの紹介・LINEの使い方

スマホやインターネットの使い方 / Wi-Fi (ワイファイ) とは / アプリの紹介
LINEの登録と使い方

第2回：スマホで健康づくり・脳トレアプリ体験

市の取組 / 便利なアプリ体験 / スマホを使った健康づくり

第3回：スマホを安全に使おう・LINEの復習と便利な機能

スマホで調べものしよう (Google マップなど) / スマホを安全に使おう
LINEの復習と便利機能を使ってみよう

※内容を一部変更、調整する場合があります

申込期限
令和7年
10月21日

以下を満たす方を対象としています

65歳以上でスマホを持っている方
健康づくりに関心のある方

お申込み・お問合せ

合同会社 LOCO
TEL:0749-53-4480
(平日 9:00 - 17:00)

主催：長浜市長寿推進課 運営：合同会社 LOCO

お申込み時に・氏名・会場名をお知らせください

講座 90 分、講座終了後に相談会（30 分）を実施

各会場の講座内容は同じです。原則 3 回の講座を同じ会場で受講していただきます。

湖北高齢者福祉センター

長浜市湖北町速水 1860

開催日程

第 1 回目	10/28 (火) 10:00 ~ 12:00
第 2 回目	11/11 (火) 10:00 ~ 12:00
第 3 回目	11/20 (木) 14:00 ~ 16:00



高月高齢者福祉センター

長浜市高月町西物部 73 - 1

開催日程

第 1 回目	10/28 (火) 14:00 ~ 16:00
第 2 回目	11/11 (火) 14:00 ~ 16:00
第 3 回目	11/20 (木) 10:00 ~ 12:00



長浜北部高齢者福祉センター

長浜市神照町 288 - 1

開催日程

第 1 回目	10/30 (木) 10:00 ~ 12:00
第 2 回目	11/12 (水) 10:00 ~ 12:00
第 3 回目	11/26 (水) 10:00 ~ 12:00



長浜西部高齢者福祉センター

長浜市朝日町 19-3

開催日程

第 1 回目	10/30 (木) 14:00 ~ 16:00
第 2 回目	11/12 (水) 14:00 ~ 16:00
第 3 回目	11/26 (水) 14:00 ~ 16:00

