

# スマートフォンによる 習慣化アプリ普及講座

スマホの基本操作（文字入力や写真撮影）を  
仲間と取り組むアプリを用いて2日間で学びます！



スマホの  
練習に  
おすすめにや

スマホ講座 3つの効果！

1 スマホ操作に  
慣れる

2 仲間ができる

3 健康になる

安心してスマホを学び、ついでに健康にも良いと大好評！ 詳しくは裏面へ ▶▶▶



公益財団法人  
金沢健康福祉財団



三日坊主防止アプリ  
**みんなちゃん**



## スマートフォンによる習慣化アプリ普及講座

スマホの基本操作や仲間と取り組むアプリを2日間で学びます！

日時：3コース 第1回 10月18日(水) 14:00~16:00 ※10/10(火)より受付

第2回 10月25日(水) 14:00~15:30

4コース 第1回 11月22日(水) 14:00~16:00 ※11/7(火)より受付

第2回 11月29日(水) 14:00~15:30

内容：参加者同士でチームを組み、写真やメッセージを送信！運動習慣が身につく！

会場：金沢未来のまち創造館 多目的室（野町3-11-1）

2回連続参加できる方！

対象：65歳以上の金沢市民でスマホを持っており、文字入力ができる方。

持ち物：スマホ、筆記用具、※スマホにアプリをダウンロードする際に必要なID・パスワード

定員：10名

費用：無料

## 健康アプリ **みんなちゃん** とは



スマホで楽しくやり取りをしながら、運動やウォーキングの習慣を身につけることができるアプリで、スマホ初心者の方にも最適です。

{ 読売新聞 } { NHK あさイチ }

に掲載されました！ で紹介されました！



公益財団法人 金沢健康福祉財団（金沢市大手町3-23）

【お問い合わせ・申し込み】

電話 222-0102 FAX 222-4366

