

みんなで eスポーツ を楽しもう!

簡単和太鼓リズムゲーム♪



太鼓の達人™ ドンダフルフェスティバル &
©Bandai Namco Entertainment Inc.

頭を使ってパズルゲーム!



ぶよぶよeスポーツ ©SEGA

全7回コース

週イチe活

日時：10:00～11:00

10/2 10/9 10/16 10/23

10/30 11/6 11/13

場所：さいわいプラザ3階 中ホール

長岡市幸町2丁目1番1号

対象：おおむね65歳以上の市内在住の方

申込み
9月8日(月)～
先着 16名

みんなで楽しく活動♪
レクや体操もあります!

気軽に体験♪

ちょこっとe活

日時：13:30～15:00 (受付は14:30まで)

10/2 10/9 10/16 10/23

10/30 11/6 11/13

場所：「週イチe活」と同じ

申込み
不要

自由に体験できます😊
見学のみもちろんOK!

【申込み・お問い合わせ】

健康増進課

〒940-0084 新潟県長岡市幸町2-1-1(さいわいプラザ)

TEL：0258-39-7508 FAX：0258-39-5222