

カフェ de 山南

～お茶を飲みながら楽しい時間を過ごしましょう～

H27年9月3日から
毎週木曜日
13:00～15:00に
ケアハウス 夕なぎ苑
1F 地域交流ホールで
行います。

認知症予防
トレーニング
介護予防体操
健康講座・・・
その他、楽しめる
活動をしていきま
しょう。

専門職による介護相談を行います。
参加者同士でも困りごと、心配ごとなどを話し合ってみませんか？

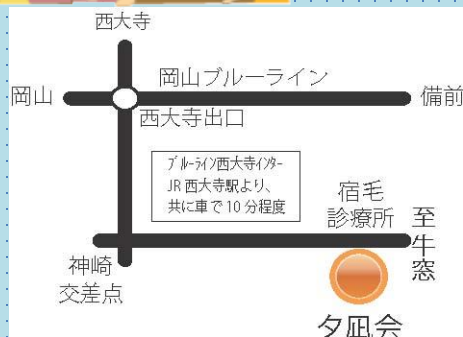
介護予防や認知症予防に興味のある方、介護や認知症のことで不安のある方など、どなたでもお気軽にご参加を。



参加費 100円（喫茶代）
コーヒー・その他ドリンク、おやつ

体操やレクリエーションも行います。
動きやすい服装でお越しください。
上靴の持参をお願いします。

参加ご希望、お問い合わせは
080-2949-7734
光本 まで



岡山市東区宿毛741-5

主催：宿毛診療所 夕凧会
地域連携室