

# オレンジカフェ 二塚

申し込み不要!  
参加費無料!  
自由出入OK!

認知症を  
抱えた方

認知症の  
予防を  
したい方

介護を  
してる方

どなたでも  
お気軽に  
ご参加を!

興味が  
ある方

体を動かしたり講義を聞いた後に、  
みんなでゆっくり話しませんか。

第4木曜日  
午前10時から  
開催!

※10月から水→木  
曜日に変更して  
います。  
(詳細は裏面参照)



問い合わせ

金沢市地域包括支援センター

きたづか

電話: 076-240-4604

住所: 北塚町西 440

# オレンジカフェ二塚 日程(後期)

10/23

「ヨガでリラックス」  
ヨガインストラクター  
竹村真弓さん

11/27

「音楽を楽しもう♪」  
音楽療法士  
安田秀代さん

12/25

「運動で脳活」  
PTK リハビリステーション  
剣村禎宏さん

1/22

「高齢者住宅の選び方」  
ウチシルベ金沢  
田中邦子さん

2/26

「ミニ講座付き・思い出  
カラフルおしゃべり会」  
キャラバンメイト  
中田有博さん

3/26

「歌って脳トレ♪」  
ゆうゆう塾歌って俱楽部  
認定講師  
浜田真奈美さん