

オレンジカフェ 安原

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

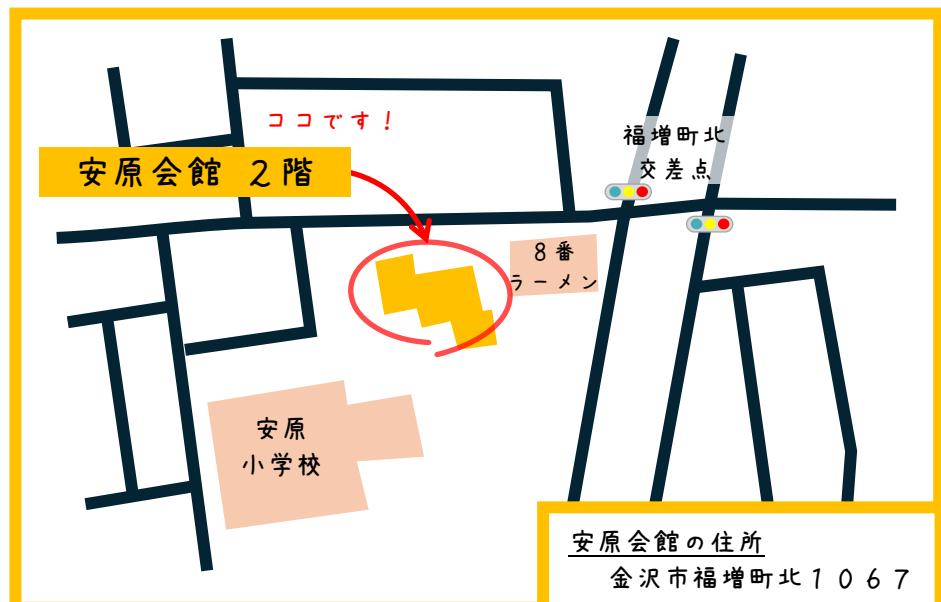
どなたでも
お気軽に
ご参加を！

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2火曜日
午後2時から
開催！

※11月は曜日・
時間・会場が異
なります。
(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: 北塙町西 440

オレンジカフェ安原 日程(後期)

10/14

「ヨガでリラックス」

金沢フィットネス

小竹真奈さん

11/6 ※木曜日 10時からです。

「音楽を楽しもう♪」

音楽療法士

安田秀代さん

会場: みどり集会場

12/9

「運動で脳活」

PTK リハビリステーション

剣村禎宏さん

1/13

「高齢者住宅の選び方」

ウチシルベ金沢

田中邦子さん

2/10

「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

3/10

「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