

# オレソジカフェ 安原

申し込み不要！  
参加費無料！  
自由出入OK！

どなたでも  
お気軽に  
ご参加を！

認知症を  
抱えた方

認知症の  
予防を  
したい方

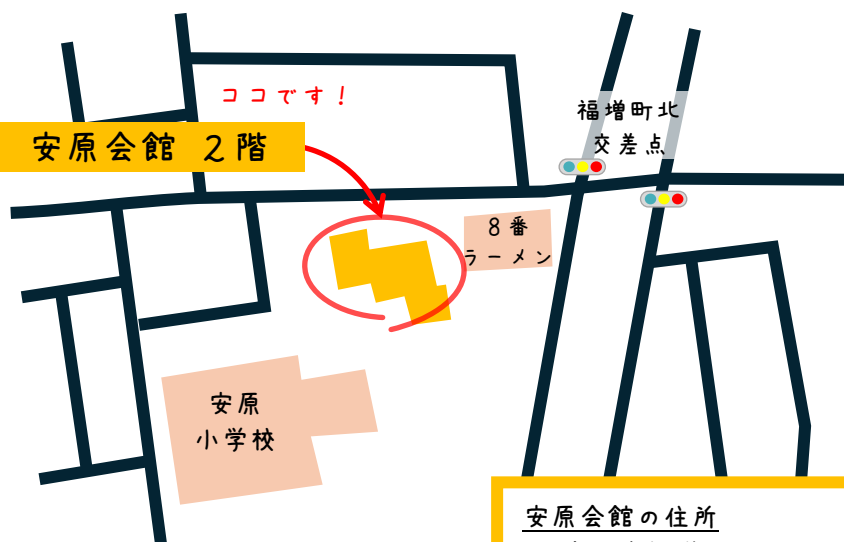
介護を  
してる方

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)



安原会館の住所  
金沢市福増町北1067

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♪」

ゆうゆう塾歌って倶楽部

認定講師

浜田真奈美さん