

オレンジカフェ えきにしほんまち



開催場所
観音堂町東会館（金沢市観音堂町ル81-1）



日時：2026年9月19日（土）14：00～15：30

『体操で認知症予防！頭も身体も動かしましょう！』
～椅子に座ってできるタオルを使った健康体操
&紙コップを使ってのゲーム～

明峰の里 社会福祉士 木村 知克 氏



どなたでも参加できます！
気軽にご参加ください。

参加費：無料



飲み物あります



問い合わせ先

金沢市地域包括支援センターえきにしほんまち
(金沢西病院内)

電話：076-233-1873

担当：寺嶋

観音堂東会館 金沢市観音堂町ル81-1

金沢外環状道路（海側幹線）西部緑道犀川拠点広場
駐車場から徒歩1分

