

# オレンジカフェ えきにしほんまち



松村第二会館（金沢市松村1丁目92）

携帯：090-3295-5326



## 松村第二会館

2025年7月23日（水）10：00～11：30

2025年11月26日（水）10：00～11：30

2026年3月25日（水）10：00～11：30

飲み物あります

『みんなで楽しくもの忘れ予防！！』

講師：市川 俊江 氏

### \* 内容

- ・ラジオ体操第1・第2
- ・フィンガートレーニング
- ・脳トレプリント

- ・頭と身体を使ったレクリエーション  
\* 地域包括支援センター

どなたでも参加できます！  
気軽にご参加ください。

頭も身体もスッキリ！！



### 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

# 松村第二会館 金沢市松村1丁目92

松村1丁目中から 又助近く

