

# ふれあいカフェ



日時 令和6年12月8日(日)

受付 9:30 開始 10:00 (11:30 まで)

※玄関の混雑を避けるため、  
9:30 以降の受付でお願いします。

内容 タオルを使った運動レクリエーション

持ち物 スリッパ、タオル(手拭でも可)

会場 青山荘デイサービスセンター(金山)  
デイサービスセンター玄関よりお入りください。



冬期間の運動不足のために、椅子に座ってテレビを見ながらでも行える簡単な体操を行います。

体を動かすことが苦手でも、気軽に参加していただけます。

終了後には、コーヒーなどをご用意しておりますので、

おしゃべりを楽しみながらゆっくり過ごしましょう。

ご近所の方やお友達をお誘いの上、どうぞお越しください。



申込〆切 令和6年11月27日(水)  
申込先 青山荘 35-5225 (8:30~17:30)