



すこやかカフェ・六条

毎月第2木曜日 AM10:00~12:00
 コープふれあいセンター六条
 参加費 200円



のんびりとお茶しながら、口を動かす、手を動かす、
 脳を動かす、体を動かす、リフレッシュ♡
 時には専門家をゲストに迎え
 お話を聞き、地域ですこやかな暮らしができたらいいな

2022年度年間計画 (都合による企画の変更がありますご了承ください 8月はお休みです)

6月9日	地域で安心して 老いをむかえられますか?	(福)協同福祉会 あすならホーム西ノ京職員
7月14日	川柳を始めてみませんか?	講師 東 美代子氏
9月8日	薬とサプリとの飲み合わせ これでいいのかな?	講師 若葉薬局 倉本 孝薬剤師
10月13日	懐かしのステップを踏んでみませんか?	講師 松谷 成 氏
11月10日	出来るかな!ポッチャ! ポッチャを知って・楽しもう	七条西町エンジョイポッチャチーム
12月8日	折り紙でクリスマス◆♪*:*...。◆♪*◆	講師 ならコープ 折り紙教室メンバー
1月12日	あなたがもっとも輝くカラーとは?	カラーコーディネイト講師 津田 八重子 氏
2月9日	終活!あなたはどのように考えますか?	ならコープ
3月9日	ラダー体操・なに? みんなでやってみよう♡	すこやかカフェ六条メンバー

毎回太極拳(八段錦)、時には脳トレや指あそびを一緒にします
 申込不要ですのでお気軽にお越しください
 時節柄 感染症予防のため入室前の検温、消毒、マスクの着用をお願いします
 お問い合わせ 奈良県医療福祉生活協同組合 ☎0744-23-1170 (月・火・木・金10時~15時)