



# ゆーりんカフェ

フレイル予防と地域の人がつながることを目的にみなさんの声を聴きながら、脳トレ・コグニサイズ・ミニ講座など開催しています。

**日時**

第3木曜日 13:30~15:00

**場所**

長沼行政センター … 偶数月  
岩瀬行政センター … 奇数月

**参加費**

200円

## 年間予定表

長沼		岩瀬	
4/16	写真入りカレンダー配布	5/21	認知症を予防しよう 認知症予防の脳トレ・体操
6/18	自分の作品を作ってみよう 工作レク：体操棒作成	7/16	自分の作品を作ってみよう 工作レク：体操棒作成
8/20	認知症について一緒に考えよう 講座：認知症の理解と接し方	9/17	認知症について一緒に考えよう 講座：認知症の理解と接し方
10/25	体を動かし楽しく みんなで行うレクリエーション活動	11/19	体を動かし楽しく みんなで行うレクリエーション活動
12/17	お楽しみ会 参加されてのお楽しみ♪	1/21	お楽しみ会 参加されてのお楽しみ♪
2/18	まったりカフェタイム 今年度の振り返り	3/18	まったりカフェタイム 今年度の振り返り

**お問い合わせ**

須賀川長沼岩瀬地域包括支援センター  
TEL 0248-67-3113