



練馬区 街かどケアカフェ

みんなの居場所



虹のカフェ南大泉

子育て中の方から シニア世代まで 多世代交流の「居場所」

楽しいイベントと賑やかな語らい 参加費 ￥100ー 子ども無料

+ 場所 **南大泉町会会館** 南大泉 4-29-12 大二小正門脇

3月26日(水) 14:00-16:00

* **スマホ操作相談** (個別は先着8名) 14:00~15:00

(個別相談他大画面で操作説明) 担当 西岡恭史 他 IT 相談員

* **フレイル予防体操** (来場者全員) 15:30~16:00

(気持ちいいストレッチ体操しましょう)

担当 岡本敬子 元気アッププログラム代表

/ タオル体操用のタオルのご持参をお願いします



☆ **医療と介護の相談** 随時

担当 やすらぎシティ地域包括支援センター

☆ **おはなし聴きます** 担当 民生児童委員

※お知らせ もう一つの 虹のカフェ大泉 大泉学園駅にオープンします4月~

お願い> 会場が満席の場合には入場制限を行う場合があります、ご了承ください

※ ボランティアさん募集中! 一緒に楽しい仲間になりませんか! HP→

主催 「虹のカフェ南大泉」 お問い合わせ/ nijinoka@gmail.com

後援 **南大泉1丁目町会** ・練馬区福祉部・練馬区社会福祉協議会・南大泉連合町会 他

