

# ほっとカフェ（6月予定）

☆お楽しみ脳トレ：平日毎日10:00～11:00



○頭の体操とは⇒記憶ゲーム・間違い探し・計算・漢字・音読  
色識別・早口言葉・とんちクイズ・オリジナル他

初回無料！

☆リズム体操と茶話タイム：平日毎日11:00～12:00

○リズム脳トレ体操とコーヒー・お茶等で気軽なカフェの時間で

★相談タイム：毎週月・水・金11:30～13:00

○介護施設や病院の有資格者がいて、認知症の質問や相談がで



お気軽に  
どうぞ！

★楽しかクラブ(下欄参照)：平日12:30～14:00

## 《お楽しみ脳トレと相談タイムの予定表》

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	頭の体操	皆で歌おう	アイパッド	認知症予防の ホットな話し	折り紙	
	サンダイヤル		共生の里		アプト	
7	8	9	10	11	12	13
	頭の体操	皆で歌おう	アイパッド	認知症予防の ホットな話し	ダンボール 綿棒アート	
	つつじ園		ふじの郷		ダスキン	
14	15	16	17	18	19	20
	頭の体操	皆で歌おう	アイパッド	認知症予防の ホットな話し	オリジナル	健康測定
	シェモア		しゃくなげ		内野薬局	14:00～16:00
21	22	23	24	25	26	27
	頭の体操	皆で歌おう	アイパッド	認知症予防の ホットな話し	絵画	
	デーサービススイ		メゾンマリア		楠病院	
28	29	30				
	休み	休み				

## 【楽しかクラブ】12:30～14:00

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
書道・折紙	映画鑑賞	カラオケ	ストレッチ	卓球・ダーツ
将棋・囲碁・花札			マッサージ	ストロー吹き矢



お問合せ先：NPO法人城南健康ふれあい倶楽部

TEL/FAX:0942-35-0212