



ちえのわ



認知症について学びあい、支える人達と交流をする会 Since 2014・11～
「認知症の人もそうでない人も地域でみんなずっと暮らしていける」

第35回「体を動かしましょう」 「認知症トピックス」

明けましておめでとうございます。

昨年ちえのわに参加されたたくさんの方々、ありがとうございました。

本年もどうかよろしくお願ひいたします。「行った事ない」と言う方もお気軽に一度覗いてみて下さいね。(申し込み、参加費は要りません)

寒い季節です。またお正月もあつたりして体を動かす機会が少ない時期でもあるので、今回は(株)三笑堂さんのご協力により「モビバン体操」を教えてくださいます。カラフルなゴムチューブ状のものを使って楽しくストレッチしましょう！(他所では90才の方も楽しんでおられます)

恒例のカフェタイムでは情報提供やトピックスを共有し、「井戸端会議」ができればと思っています。

とき : 1月16日(火) PM 1:00 ~ 3:00 頃

ところ: 世光教会会議室 (伏見区泰長老 175-1 シャルム世光7階)
(ご厚意により会場を貸して頂いています)



ちえのわ はももネットにも
参画しています。
また、京都市いきいきお出かけ
ポイントの対象講座です。
くわしくは ちえのわ まで。

ちえのわ は 原則として
毎月第三火曜日の午後
に行っています。

お問い合わせは ~

ちえのわ 佐田博子 (070-5431-9498)
または あなたの居場所 スカサ (075-644-5894)

(いずれもご連絡は平日 9:00~16:00 にお願いします)

☆ 次回は2月20日(火) 午後の予定です。

