



キングス寄り添いカフェ

認知症をはじめ様々な心配をお持ちの方、心配のない方、ホッとしたい方。ご家族も、お子連れの方も・・・
お気軽にお茶を飲みに来てください。

参加費無料・茶菓付

ご相談はもちろん、いろいろなイベントもあります。
会場が分からない場合は駅までお迎えに行きます

5月の予定

- 6日 ハンドマッサージ
- 13日 タオルストレッチ
- 20日 ハンドマッサージ
- 27日 臨床美術 (定員8名)
(糸と色で遊ぼう)



タオルストレッチの様子

相談員 常勤 相村啓子 (認知症ケア指導管理士)
 第3 山田 忍 (認知症おんケア専門士)
 隔月第4 吉川直美 (臨床美術士・臨床宗教師)

場 所: 東中野キングス・ガーデン 中野区東中野4-2-16
 問合せ: 03-3368-5200 nakano.cafe@kg-tokyo.or.jp

ふまねっと運動



オリジナルの曲に合わせてゆっくりとネットをまたぎ越して歩く運動です。
 認知症予防・転倒予防を楽しくさせてくれます。

ふまねっとインストラクター
 相村啓子
 毎火曜日12時～13時

つぶやき 母92歳 (1933.5.1生) は、「まだらに忘れちゃう人」だ。90歳の誕生日祝いをした三日後の朝、台所のホワイトボードに「90才になりました。こんなに長生きしたんだなあ」と書いてあった。
 この愛すべき高齢者の誕生日は始まったばかりかもしれない。
 (相村)



5月の個別相談日は20日 : 担当 山田 忍
 ご希望の方はお問合せください。03-3368-5200 (相村・渡辺)

中野区認知症地域支援推進事業 事業受託 東中野キングス・ガーデン