



毎週火曜日10時～13時

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・・・**参加費無料・茶菓付**
お気軽にお茶を飲みに来てください。
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

9月の予定

- 2日 ふまねっと運動
- 9日 タオルストレッチ
- 16日 1!2!3!おじさん体操
- 23日 臨床美術 (定員8名)
おいしいたけ
- 30日 お楽しみ



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。

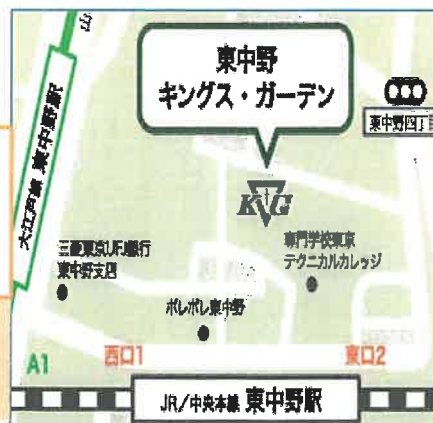
ふまねっとインストラクター
相村啓子
毎火曜日12時～13時

次回「笑いヨガ」は10月第4週です。
次回の「臨床美術」は11月第4週です。

相談員 常勤 相村啓子 (認知症ケア指導管理士)
第1 山田 忍 (認知症ケア専門士)
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



9月の個別相談日は2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