

# カフェ de 山南

～お茶を飲みながら楽しい時間を過ごしましょう～

H27年9月3日から  
毎週木曜日  
13:00～15:00に  
ケアハウス 夕なぎ苑  
1F 地域交流ホールで  
行います。

認知症予防  
トレーニング  
介護予防体操  
健康講座・・・  
その他、楽しめる  
活動をしていきま  
しょう。

専門職による介護相談を行います。  
参加者同士でも困りごと、心配ごとなどを話し合ってみませんか？

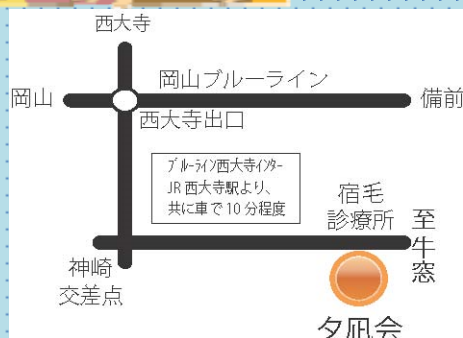
介護予防や認知症予防に興味のある方、介護や認知症のことで不安のある方など、どなたでもお気軽にご参加を。



参加費 100円（喫茶代）  
コーヒー・その他ドリンク、おやつ

体操やレクリエーションも行います。  
動きやすい服装でお越しください。  
上靴の持参をお願いします。

参加ご希望、お問い合わせは  
080-2949-7734  
光本 まで



岡山市東区宿毛741-5

主催：宿毛診療所 夕凧会  
地域連携室