

まちの保健室カフェ

毎月第一水曜日15時から

「まちの保健室カフェ」を開催しています。

「介護予防体操」をゆるりと30分ほど。

終わったらひと息。コーヒーでもどうぞ。

あんしんすこやかセンター（地域包括支援センター）の
看護師さん等が在室の時もあるので、
ちょっとした介護や健康のお悩みなども相談できます。

また、認知症になっても（ならなくても）安心して暮ら
せるまちの実現に向けて、多世代で一緒に楽しめる活動も
行っています。お気軽にお立ち寄りください。



2025年(令和7年)の予定(変更することもあります)

4月	5月	6月	7月	8月	9月
2日 (水)	7日 (水)	4日 (水)	2日 (水)	6日 (水)	3日 (水)
10月	11月	12月	1月	2月	3月
1日 (水)	5日 (水)	3日 (水)	7日 (水)	4日 (水)	4日 (水)

美味しいコーヒーを淹れてお待ちしております。

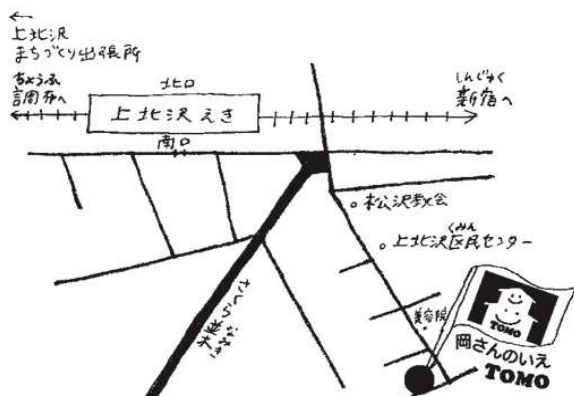


●岡さんのいえTOMO
東京都世田谷区上北沢3-5-7
MAIL: okasannoie.tomo@gmail.com
HP: <https://www.okasannoie.com>
Facebook: <https://www.facebook.com/okasannoie/>



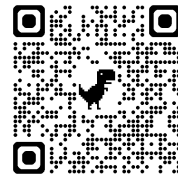
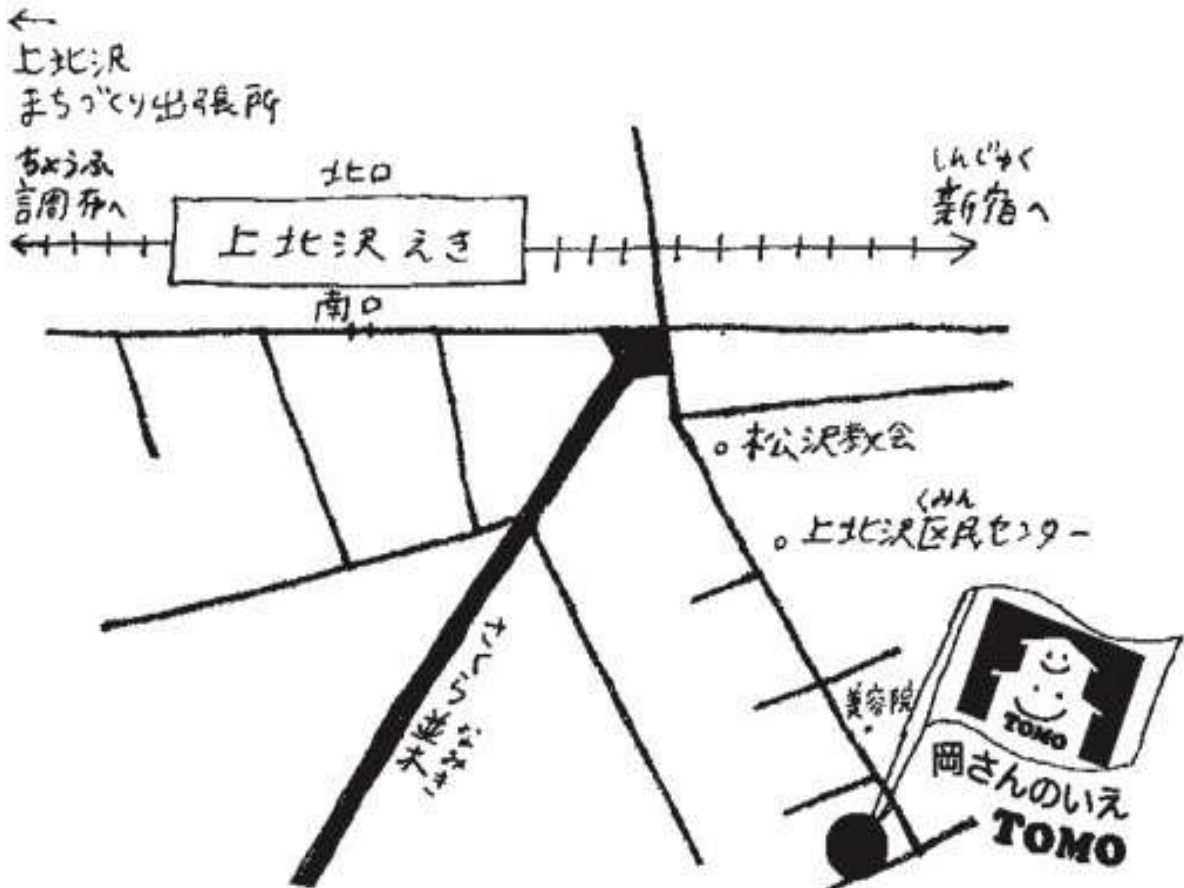
●まちの保健室カフェ
日時：毎月第一水曜日15時～17時
＊祝日は除く

参加費：無料 ＊コーヒー代はお気持ちカンパで
連絡先：090-1200-8406（小池）
協力：上北沢あんしんすこやかセンター
社会福祉協議会上北沢地区事務局





岡さんのいえ TOMO /



● 岡さんのいえ TOMO

東京都世田谷区上北沢3-5-7

MAIL : okasannoie.tomo@gmail.com

HP : <https://www.okasannoie.com>

Facebook : <https://www.facebook.com/okasannoie/>