

～あんしん・あんぜん・あったか・あしべのカフェ～

A カフェ

開催：毎月第3日曜日 13：00～15：00

場所：芦辺浦住民集会所（公共施設）

協力：認知症の人と家族の会 老岐地区「はまべの会」
老岐市地域包括支援センター



スタッフは男性です。



血圧測定や相談コーナーを設けています。



月一度の出会いの場…気の合った方とのおしゃべりが楽しみです！



受付でポイントカード発行！
※ポイントが貯まると賞品がもらえます。（市提供）

～プログラム～

- 毎回1時間程度、講演・講話を実施
 - 講演前後：自由なおしゃべりタイム
 - 軽い体操・脳トレゲームで活性化
 - 懐かしい合唱曲をみんなで歌います
- ※ 専門家による相談コーナーを常設しています



～明るく笑顔になれる場です！～



思わず笑ってしまう和やかさ！

～笑いがもたらす健康づくり～



～ギター演奏に合わせて楽しく合唱～



認知症予防の講座に、熱心に耳を傾けています。



男性も和やかな雰囲気の中、元気な笑顔がです。



地域のみなさんと打ち解けて
自由なおしゃべりをして楽しめます。



～講師による健康体操指導～



脳トレゲームでみなさん
真剣に…かつ楽しめます。



ヨガ講座：軽い体操で、心も体も癒してくれます。



↑ 左下一階が会場