

# にじ★カフェ

地域の「交流の場」として、自由に過ごしていただける空間を開放しています。

さまざまなイベントも実施しています。  
気軽にのぞきにきて下さいね♪

**申込不要！  
参加費無料！  
出入自由！**

**場所** ゆうゆうセンター  
1階レストランスペース

**日時** 毎週月曜日（祝日除く）  
10：00～16：00

- \* 認知症や介護予防の本コーナー
- \* 地域包括職員による相談コーナー
- \* 「ロバ隊長」マスコット作り  
ワークショップ（不定期開催）  
があります。

- \* 介護予防体操「ブレパサイズ」  
13：00～実施しています。  
参加される際は、動きやすい服装で  
お越しください。  
（水分も各自ご用意ください）  
（飲み物・軽食など持ち込み可）

**必見！  
おすすめ**

「認知症世界の歩き方」



認知症のある方が生活の中で経験する  
様々な出来事を、認知症世界を旅する  
人の「旅のスケッチ」と「旅行記」の  
形式で紹介。

**15分  
毎回実施**

「ブレパサイズ」



音楽に合わせて手足を動かし、さらに  
知的課題の実践も盛り込んだ、身体と  
脳を活性化するデュアルタスクの運動  
プログラムです。



活動内容や開催日時等情報発信をしています

社会福祉法人 交野市社会福祉協議会  
**交野市地域包括支援センター**

交野市天野が原町5-5-1 ゆうゆうセンター1階  
☎072-893-6426/fax：072-895-1192  
✉：niiimaru@katano-shakyo.com  
ホームページ：<http://katano-shakyo.com>