

地域の憩い

# ぽこあぽこ

poco & poco

外出する機会が減った方  
認知症の方とご家族様  
ご近所様、どなた様も  
ゆったりと



基本 月2回 10:30-11:30

第1金曜日 ヨガ ←現在休止中

第3金曜日 音楽療法

## 定員20名様

### 200円

すずらんクラブ特製

(ハーブティー付き)

未就学児、障がい者、  
認知症と診断された方

メンバーご家族 は、無料



・第1金曜日 ヨガ  
咲屋(さくや)オーナーセラピスト  
YOGAインストラクター  
長沼麻衣子

←  
現在、休止中

・第3金曜日 音楽療法  
認定音楽療法士・認知症サポーター  
松田美穂

参加申し込み、お問合せ

地域活動支援センター

すずらんクラブ内 すずらんCafe

(平日10:30~15:00)

電話025(201)8223

FAX 025(201)8224 担当 松田

