

東鍼会 豊島区登録 認知症カフェ

オレンジカフェ



認知症の方やその家族、地域の皆さんの社会参加の場です
興味関心のある方なら、どなたでもご参加いただけます

参加費 100円（飲み物代）

脳トレや軽運動も
一緒に！

アットホームに
楽しくおしゃべり
しましょう！



★イベント内容は
裏面のとおりに★

開催日時 14:00～15:30（受付13:45～）毎月第2木曜日
2022年4月14日(木),5月12日(木),6月9日(木)
7月14日(木),8月11日(祝),9月8日(木)

HP検索/レンタルスペース「ラルゴ」Wix.com

場所/レンタルスペース「ラルゴ」

アクセス/JR池袋駅、副都心線 要町駅、**豊島区西池袋4-9-12**
西武池袋線 椎名町駅 から 徒歩約12分（西池袋中学校と池袋第三小学校の間）
立教大学前バス停下車3分



オレンジの旗！
ロバが目印



はり師、きゅう師の職能団体である東京都鍼灸師会の運営です。
スタッフは全員、東京都鍼灸師会会員で
東京都健康長寿医療センターに登録の介護予防運動指導員です。
ケアマネジャー、キャラバンメイト、ココロデザイナー、介護福祉士資格者もおります。

★事前申し込み不要★お気軽にお立ちよりください

主催 公益社団法人

コロナ感染症対策を万全にして開催いたします。利用定員10名

東京都鍼灸師会

問合せ/平日10:00～17:00（土日祝除く）

TEL/03-3985-7501

〒170-0005 東京都豊島区南大塚3-44-14 南大塚インテグレーション2階

<http://harikyu-tokyo.or.jp>



毎月第2木曜日開催
14:00～15:30

地域の皆さんの社会参加の場です！
お友達をつくり
お気軽にお越しください！

東鍼会オレンジカフェ イベント予定

14時ごろから

参加費100円（飲み物代）

元りぶりんと・としま会員
おはなし大好き

戸澤悦子さん(エ-タ)による
絵本の朗読など



※大人になってからの絵本も味わい深いです！
参加者の皆さんで、今日の絵本を話題に
それぞれ思い出したことや気付いたことなどを
自由に楽しくおしゃべりしましょう！！

14時半ごろから

鍼灸師会スタッフによる
今日のツボ紹介



※健康テーマに合わせて
簡単なセルフケアの方法をご紹介します。
参加者の皆さんでワイワイとツボを押したり、
簡単な運動をしましょう！

その他、参加者の皆さんとともにアイデアを持ち寄って
一緒に楽しくすごす企画をしていきます