



# 地域の方のための お役立ち情報



## 年間 Schedule

|                        |              |
|------------------------|--------------|
| 8月21日 ☺                | ふくらはぎケア      |
| 9月11日 ☆                | アロマハンドマッサージ  |
| 10月9日                  | ストレスケア       |
| 11月13日 ♥               | 劇イベント「北風と太陽」 |
| 12月11日                 | フラワーアレンジメント  |
| 毎月第2水曜日 時間：13：30～14：30 |              |

9 / 11 (水) 13:30 ~ 14:30

### アロマハンドマッサージ

- ・参加費 100円
- ・医療/介護無料相談会
- ・談話会 (お茶会)



NEW

### みねさんの リフレッシュヨガ教室

毎月第3水曜日  
14:00~15:00

9月18日 (水) より 費用：300円 (お茶代含む)

【内容】



- ・ 簡単ヨガ
- 呼吸をしながら体を柔軟にしていきます
- ・ 談話会 (お茶会)

初心者歓迎



まちのカフェ  
minenosato

ご相談・ご予約受付中

神戸市北区藤原台中町2丁目2番3号 2階

tel: 078-987-0128

LINE 友だち追加



まちのコミュニティーセンター



まちの訪問クリニック

内科・リハビリテーション科・整形外科  
神戸市北区藤原台中町2丁目2番3号2階

☎ 078-959-7117



みねのさと

デイサービスセンターみねのさと  
神戸市北区藤原台中町2丁目2番3号1階

☎ 078-987-0128