



地域の方のための NEWS Letter

minenosato group



月号

3 / 12 毎月第2水曜日
(水) 13:30 ~ 14:30

「バスボムづくり」

入浴剤をみんなで作ります!

- ・参加費 100円
- ・医療/介護無料相談会
- ・談話会



3 / 19 毎月第3水曜日
(水) 14:00 ~ 15:00

みねさんの リフレッシュヨガ教室

- ・参加費 300円
- ・医療/介護無料相談会
- ・談話会



地域にお住まいの方だれでも参加できます。介護をされている方やケアマネジャー様もご参加お待ちしております。



まちのカフェ
minenosato



2月12日 まちカフェ開催 ～ふくらはぎケア～

ケア待ちの間、そば茶とチョコレートを御供に談話、お互いの近況を報告しました!

次回は3/12の予定です。

3月	12日	バスボム作り (健康入浴剤)
4月	9日	ふくらはぎケア
5月	14日	ふくらはぎケア
6月	11日	アロマハンド
7月	9日	ふくらはぎケア
8月	6日	ふくらはぎケア

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

北神星和台フレイル予防教室 活動報告



ありのあんしんすこやかセンターの皆様と地域福祉センターでフレイル予防教室を開催しました。

「健康長寿とフレイル」について地域の皆様と意識を高め、体力測定やゲームをして楽しい時間となり、最後には背中に文字を書いた伝言ゲームで楽しみました。とても健康意識の高い方々ばかりで、スタッフ一同とても有意義な時間を過ごすことができました。

ご相談・ご予約受付中

診察時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00-18:00	●	●	●	●	●	●	—



まちの訪問クリニック

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

078-959-7117