

主催：長崎市大浦地域包括支援センター



# ぽかぽかカフェ



ぽかぽかカフェってどんなところ？

認知症の方とその家族、地域の方など誰でも気軽に立ち寄り、参加ができ、交流できる場です。参加された皆さんと体操やおしゃべり、団らん、レクリエーション、情報交換など、楽しいひと時を一緒に過ごしませんか。

日時：毎月第4金曜日14：00～15：30



場所：大浦地区ふれあいセンター3階（長崎市下町1-13）

対象：認知症の方、その家族、地域の方どなたでも

費用：無料



持ち物：履き物や飲み物（水筒）など



～活動内容～

- 水辺の森公園（外出企画）
- 軽体操やコグニサイズ
- 脳トレ
- 季節を感じる物づくり
- 季節のイベント など



長崎市大浦地域包括支援センター

電話 818-8311

※予約は必要ありませんが、やむを得ない事情により中止する場合や開催場  
変更があるときがありますので、初めての方はお気軽にお問い合わせ下さい。

