

パーク de カフェ

シリーズ
4回目

様々な人が気軽に集まる場所「カフェ」をイメージして
人と繋がることのできる場所を作ってみました。

懐かしの昭和歌謡を聴きながら
～楽しく老後、今から始める幸せ生活～

専門家や経験者のお話を聞いて、知って納得!
音楽を聴いて、身体を動かして、心も体も健康に。



健康体操の吉田さん



わたしたち「あきかぜ」と
「ビスコンティ」で
楽しく優しい音楽をお届けします!

4回目は2月23日(木・祝) 市民プラザ 14:00 開演(13:30 開場)
入場無料

◇あきかぜ+ビスコンティの演奏 ※リクエストコーナーあります!

◇身体を動かしてみよう!・・・吉田彩夏さん

◇いろんな介護用品を上手に利用しよう!(体験もできます!)

<パーク de カフェ 今後の予定>～音楽とともに～場所：市民プラザ
5回目：3月11日(土)

SAKIの演奏と下坂厚さんの写真展を開催します。

☆音楽でリラックスしながら、「見たり・聞いたり・動いたり」お楽しみ下さい。