

地域わくわくプロジェクト みんなでゆっくりCAFE♪



お菓子とコーヒーでおしゃべりしませんか？

健康チェックも同時開催します。

健康チェックはCOOP共済健康づくり支援企画です。



☆みんなで楽しく

♪レッツトライ♪

太極拳を体験する会

太極拳はゆっくりとした動作で、心臓や血管に負担が少ない運動です。また、バランス機能の改善や、転倒防止にも効果があります。太極拳をしながらみんなで交流をしましょう♪

※ミニ講座は、事前の予告なく中止や変更になる場合がございます。ご了承ください。

日時：10月9日(木)13：30～15：00

♪受付開始は13：15からになります。ご注意ください♪

場所：パルシステム神奈川

麻生センター 2階 会議室

小田急線 新百合ヶ丘駅発 小田急バス「新23系統 あざみ野駅行」
で4分「日光隧道」(にっこうずいどう) バス停下車 徒歩1分

対象：だれでもOK 事前申し込み：不要

参加費：無料

持ち物：飲み物

服装：動きやすい服装



ちょっとだけ聞いてみたい… ☆介護や健康の相談ができます☆

開催中に会場で地域包括支援センタースタッフなどの専門の方に色々と相談できます。家族の介護、自分の健康などお気軽にご相談ください。

相談内容にあわせて個室も準備しています。当日でのご相談も可能ですが、事前予約をしていただく
と確実にお話できますのでご利用ください。

予約申し込み：パルシステム神奈川 暮らし支援課
電話045-470-4173 (受付：9：00～16：00 月～金)

主催：パルシステム神奈川 麻生センター

協力：麻生区役所 地域支援課

新百合地域包括支援センター

柿生アルナ園地域包括支援センター

看護小規模多機能 支え合い

小規模多機能施設 あさお

セントケア看護小規模ゆりがおか

おれんじあさお

問合せ先：パルシステム神奈川組織運営課
担当：三井・神田 電話：045-470-6863



KAWASAKI
SDGs

川崎市は持続可能な開発目標 (SDGs) を支援しています。

