

# 地域わくわくプロジェクト みんなでゆっくりCAFE♪

毎月第二木曜日に企画を変えて開催

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。



## 「いつもの」があなたを救う

～栄養士・保健師と考える“もしも”の備え～

「いつもの」が非常時の力になる。日常に取り入れやすい食の備えと、災害時も安心して過ごすための健康づくりについて、栄養士と保健師がわかりやすくお話しします。

※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：6月11日(木)13：30～15：00

受付開始は13：15からになります。

場所：バルシステム神奈川麻生センター2階会議室

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 ひとりでもお友達同士でもOKです



### 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。

当日のご相談も可能ですので  
お気軽にご参加ください。

主催：バルシステム神奈川 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：バルシステム神奈川組織運営課  
045-470-6863

