



練馬区 街角かどケアカフェ

みんなの居場所



# 虹のカフェ 南大泉

子育て中の方から シニア世代まで 多世代交流の「居場所」

楽しいイベントと賑やかな語らい **参加費 ￥100-** 子ども無料

+ 場所 **南大泉町会会館** 南大泉 4-29-12 大二小正門脇

**7月26日(水)** 14:00-16:00

- \* **スマホ操作相談** (先着10名) 14:00~15:30  
(スマートフォンの取扱いのノウハウ教えます) 担当 西岡恭史 他 IT 相談員
- \* **フレイル予防体操** (来場者全員) 15:30~16:00  
(気持ちいいストレッチ体操しましょう) 担当 岡本敬子 元気アッププログラム代表
- \* **フリートーク テーブル** (予約不要) 14:00~15:30
  - ① おはなし聴きます (なんでもお話聞かせてください)  
担当 本橋薫 民生児童委員 他
  - ② 介護と医療の相談 (お気軽にお申し付けください)  
担当 やすらぎシティ地域包括支援センター
  - ③ おしゃべりコーナー (自由におしゃべりしてください)

お願い> 会場が満席の場合には入場制限を行う場合があります、ご了承ください

※ ボランティアさん募集中! 一緒に楽しい仲間になりませんか! HP→

主催 「虹のカフェ南大泉」 代表 浦嶋正男 [nijinoka@gmail.com](mailto:nijinoka@gmail.com)

後援 **南大泉1丁目町会** ・練馬区・練馬区社会福祉協議会・南大泉連合町会 他

