



まちなかカフェ at ドトール 9・10月号



最近の話題など...



美味しい珈琲を飲みながら
相談事などもお気軽に♪



---次回開催日---

令和7年11月18日(火)

---場所---

ドトールコーヒーショップ 大田原若草店

参加費無料・予約不要！
(飲食代は自己負担)

椅子に座りながら★



いきいき体操！ 心もからだも元気に！

日頃の運動不足を解消しませんか？
地域包括支援センターの理学療法士が、
どなたでもできる簡単な体ほぐし体操をご紹介します。
お気軽にご参加ください♪



協力

中央地域包括支援センター

西部地域包括支援センター

開催：大田原市高齢者幸福課 ☎0287-23-8740