

下馬一丁目町会 × 下馬地区社会福祉協議会 共催

い っ ち ょ う め

一丁目カフェ

1 / 9 (木) 13:30~15:30

座ってできる

椅子ヨガ

&おしゃべりタイム

水分補給の
飲み物を
お持ちください



By リハビリフィットネス ゆずりは さん

会場：下馬一丁目町会会館2階（下馬1-20）

挽きたてのコーヒーを飲みながら、
ご近所の方同士で、健康のこと、介護のこと・・・
いろいろおしゃべりできるカフェです。
どなたでも、ふらっとお立ち寄りください。

一丁目カフェを
一緒に運営して下さる
スタッフを募集しています

- 対象：どなたでも
- 費用：無料
- 申し込み：不要！

●お問い合わせ：

社会福祉協議会 下馬地区事務局 （下馬4-13-4 下馬まちづくりセンター内）
TEL 070-3946-9789