

(活動類型：通所) 団体名：特定非営利活動法人さくら茶屋にししば (金沢区)

❁活動名・げんきライフ

❁場所・さくらカフェ(西柴3丁目)

❁開催日時・毎週月・木曜日 9時半～12時半

❁費用負担・食事&ドリンク代

❁プログラムの概要・介護予防体操プログラム、脳トレーニング、リハビリレクリエーション、製作活動、回想法、YouTube鑑賞、会食(さくら茶屋の手作りのお弁当・コーヒーなど)

お問合せ先

横浜市金沢区西柴3-17-7

西柴ショッピングセンター内

TEL/FAX 045-516-8560(茶屋)

TEL 045-877-3866(カフェ)



❁活動の様子



❁プログラム例❁

9:30～ 9:40 受付・バイタル健康チェック

9:45～10:20 介護予防体操プログラム

10:20～10:30 脳トレーニング

10:30～11:30 リハビリレクリエーション又は
製作・回想法・朗読等

11:30～12:30 会食・談笑

❁団体からのPR・コメント

住み慣れた地域で自分らしくいきいきと暮らし続けられるように、生活機能の改善のための介護予防プログラムを行うサロンです。ご利用されている方が自ら前向きに取り組み、お互いの交流もできるように取り組んでいます。一緒に食事をしたり、楽しいひと時を過ごしましょう。