

とりやまの郷

(一社) 居場所づくり濱なかま



日：9時～12時

水：12時30分～15時30分



町カフェ城郷ノスタルジア (鳥山町1013)
JR「小机駅」徒歩5分



日：800円 (朝食付)

水：400円 (コーヒー付)

回想法や音楽サロンなど
新しいプログラムも満載



問合せ

城郷小机地域ケアプラザ

☎ 045-478-1133

■ 水曜プログラム (12:30～15:30)

● 12:30～13:30

理学療法士とポールウォーキングde歩行練習

● 無理なく続けられる歩行改善

● 13:30～15:30

週替わりプログラム (第1～4週)

● 第1週：音楽サロン — 生演奏で歌を楽しむ

● 第2週：経絡体操 — 鍼灸師が教える“めぐり”の体操

● 第3週：ものづくりサロン — 誰でもできてセンスよく仕上がる作品づくり

● 第4週：回想法 — 思い出話で脳を刺激する認知症予防



歩行練習の様子

■ 日曜プログラム (9:00～12:00)

とりやまの郷モーニングTime

● 城郷産の新鮮野菜を使ったモーニングセット

● コーヒーと朝食を囲んで地域の多世代と交流

● 会話が広がり、表情も話題も豊かになる時間

● 顔見知りが増え、地域に“つながり”が生まれる場



自慢のモーニングプレート



ものづくりサロン



おしゃべりはずむ
本格
ハンド
ドリッ
ップ
珈琲

団体からコメント

とりやまの郷は、本格ハンドドリップコーヒーと地域の人との温かな交流が魅力の居場所です。

日曜は城郷産新鮮野菜を使ったモーニングで多世代が集い、水曜は体操・ものづくり・回想法など多彩なプログラムを実施。理学療法士、ケアマネージャー、社会福祉士、臨床心理士などが相談にも応じ、地域での暮らしを豊かにするお手伝いをしています。初めての方も自然と友達ができる、安心で楽しいサロンです。