

# 白沢地域包括支援センターからのお知らせ

“移動式カフェ”を地区の分館で開催します

## 千ルコロカフェ

どなたでも参加していただけます！お気軽にどうぞ☆

- ・楽しくおしゃべりできるカフェコーナー
- ・将来にそなえるワンポイント講座
- ・足腰年齢が分かる体力測定

ワンポイント講座ではいろいろな体験会も行います！  
毎回参加しても楽しんでいただけますので、ぜひお時間のあるときには足をお運びください♪



年間予定は裏面をご覧ください！

主催：本宮市白沢地域包括支援センター

協力：本宮市高齢福祉課、社会福祉法人安積福祉会



# チルコロカフェ 令和7年度の予定



地区の分館でカフェを開催します！  
出会いとふれあいのカフェを目指しています。  
お気軽にお越しください♪



開催時間 10時～11時45分



**4月**

16日(水)  
和田分館



**5月**

21日(水)  
長屋分館



**6月**

20日(金)  
稲沢分館



**7月**

17日(木)  
松沢分館



**8月**

21日(木)  
白岩分館



**9月**

26日(金)  
糠沢分館



**10月**

17日(金)  
和田分館



**11月**

20日(木)  
長屋分館



**12月**

26日(金)  
白岩分館



令和8年 **1月**

14日(水)  
松沢分館



令和8年 **2月**

18日(水)  
白岩分館



令和8年 **3月**

11日(水)  
糠沢分館

- カフェスペース
- 『ロコタス®』による体力測定会
- 介護予防や健康に関するワンポイント講座
- ワンポイント講座は毎月、内容が変わります  
いろいろな分館に参加してください★

- ・参加費は無料です
- ・お子様もお年寄りも  
どなたでも参加できます
- ・送迎します！！必要な方は  
前日までに白沢包括に  
お電話ください



お問い合わせ先: 白沢地域包括支援センター ☎ 0243-24-5131