

参加費
100円



第10回 北カフェ



日時：2025年 10月 28日(火)

午後1時30分～午後3時00分

場所：国立市北センター(横、だんらん室)

(住所：国立市北3丁目2番の1)

***当日直接会場にお越しください**

北カフェは(物忘れがあってもなくても...)地域住民など、どなたでも**参加自由・途中出入り自由**です。

今月は、「ふまねっと運動体験会」です。体と頭を使って体験してみましょう。講師は、上田フレイルサポーターです。

※ 次回は、2025年11月25日(火)13:30～

☆問合せ先：国立市地域包括支援センター

担当：岩嵯・吉田

☎ 042-576-2123 (月～金：午前9時～午後5時)

国立市認知症とともに暮らすまちづくり事業

担当：南保・福島

☎ 042-569-6213 (月～金：午前9時～午後5時)