

2024

2

14

WED

13:30~15:00

SAPPORO

札幌市認知症カフェ認証

LEMON CAFE

レモンカフェ・コミ白

～札幌市認知症カフェ認証～
認知症の方やご家族、地域の方などたでも
気軽に集まって交流や情報交換をする場です♪



呼吸と腸とリンパに
アプローチ

YOGAで免疫力を高めましょう

看護師でヨガインストラクターの資格を持つ当施設のスタッフが贈るYOGAセミナー。呼吸や腸、リンパへのアプローチを通じて、免疫力を強化するポイントをご紹介します。椅子に座ったままできるヨガです。穏やかな雰囲気の中、何かお困りのこと（介護や生活）がありましたらご相談にのることもできます。ぜひ、お誘いあわせのうえ、お気軽にご参加ください。

事前申し込み制
定員30名



参加費100円
※飲み物やクッキー付



※専門職もおりますので介護相談もお気軽に

お申込み・お問い合わせは

社会福祉法人 漢仁会
コミュニティホーム白石

札幌市白石区本郷通3丁目南1番35号

011-864-5321



ホームページも
ぜひご覧ください！

環状通

白石中央自動車学園

地下鉄白石駅
7番出口

LAWSON

東札幌

南郷通

南郷7丁目

地下鉄白石駅
7番出口より徒歩7分

「レモンカフェの参加希望！」とお気軽にお電話ください！