

# 鶴の里 出張型街かどケアカフェ

令和7年度 開催予定日

場所:羽沢高齢者住宅鶴の里 1階ホール (羽沢3-36-16)

日時:第4金曜日 14:30~15:30

令和7年4月25日(練馬区健康体操普及会)

5月23日(フレアス在宅マッサージ)

6月27日(歌体操)

7月25日(練馬区健康体操普及会)

※8月はお休み

9月26日(フレアス在宅マッサージ)

10月24日(歌体操)

11月28日(練馬区健康体操普及会)

12月26日(フレアス在宅マッサージ)

+YAMASHITA:歩行解析)

令和8年1月23日(歌体操)

2月27日(練馬区健康体操普及会)

3月27日(フレアス在宅マッサージ)

～ お申込みについて ～

参加人数:先着20名様まで

参加費:無料

予約方法:次回開催日の前日までにお電話にてお申込み下さい。

※**予約制**になりますが、人数に満たない場合は当日でもご参加いただけます。

【申し込み・連絡先】 第2育秀苑地域包括支援センター:03-5912-0523

月ごとに色々な体操や  
講座を行います。



①お飲み物

②フェイスタオル

③踵のある靴又はソックス

カバーをご準備の上、

ご参加ください。

