

令和7年度

健康カフェ

# そわか

「そわか」は仏教語で円満・成就といった意味があります

## 地域のお茶の間相談室

この地区にお住いの高齢者の方や認知症の方とその家族・友人の方が地域の中で新しい関係を築くことができる場所であり、また、安心して楽しい時間を過ごし、互いの悩みを共有する場として「健康カフェ そわか」を月に一日開店しています。健康づくりに役立つ講話、ヨガや演奏会を計画しています。また、介護に関わる専門職がいますので介護相談も

出来ます。お気軽に、足を運んでください。

美味しい飲み物とケーキをご用意してお待ちしております。



➤ 日時： 毎月第3金曜日 13:30~15:00

➤ 場所： 大垣市和合本町2丁目114-1  
特別養護老人ホーム 優・悠・邑 和合  
多目的ホール

➤ 参加費： おひとり 100円（飲物とケーキ付）

※ヨガ  
※血圧測定、体重、BMI、体脂肪測定など

➤ 定員： 先着20名

※準備の都合上、初めて参加ご希望の方は  
施設までご連絡ください。  
定員になり次第締め切らせて頂きます。

### お問い合わせ先



特別養護老人ホーム 優・悠・邑 和合 TEL:0584-73-6110

〒503-0005 大垣市和合本町2丁目114-1