



春の訪れはいつも心が躍ります。そして、なにか新しい挑戦を始める季節でもあります。ほくほくセンターでもオレンジフレンズの皆様と新たなスタートをする事業があります。いくつになっても「ウキウキする気持ち」ってアンチエイジングのためにも有効だそうです。オレンジフレンズの活動を通じて「ウキウキ」を満喫しましょう！

センター長 山本 敏子

『カフェ花福』 オープン！



3/9に第1回目の『カフェ花福』を開催しました。オレンジフレンズの方が中心となって進行し、7名の方が参加者として足を運ばれました。和やかな雰囲気で行進し、無事に第1歩のスタートをきることができました。次回は4/13(火) 13:30~です。

☆当日の様子

オレンジフレンズさんが開始30分前に集合し準備を行いました



受付では検温しお名前を確認します

自己紹介の後の座談会では初対面にも関わらず話に花が咲きました



『ビレジオレンジ散歩』 始まります！

柏の葉公園で月2回開催しているオレンジ散歩を身近な地域で開催できないかとの提案から、ビレジ在住のオレンジフレンズが中心となりビレジオレンジ散歩を開催することになりました。

初回：4/14(水)

・日時：毎月第2水曜日 10:30~11:30

(雨天時：コミュニティルーム『はなみずき』で茶話会)

・集合場所：柏ビレジ商店街 『はなみずき』前

・内容：準備体操の後、ビレジ内をのんびりと

お散歩を楽しみます



お散歩コースを下見しました

お住まいの地域でオレンジ散歩をやりたい！興味がある！という方、ほくほくセンターまでご連絡ください。

※オレンジ散歩(柏の葉公園 第2・4土曜日9:30~)への参加もお待ちしております。

☆今後もお便り等送付させていただきますが、諸事情によりオレンジフレンズの登録を辞退される方、ほくほくオレンジ便り送付不要な方はお手数ですがご一報いただければ幸いです。

柏北部地域包括支援センター Tel.7140-8818
担当：認知症地域支援推進員 山本・山口



ほくほくセンター
ホームページ