

散歩の途中にちょっと立ち寄りたくなる場所

共催：居宅多摩南

介護ショップ多摩南

高齢者あんしん相談センター由木

由木のよりみち

カフェゆず



日時：10.14（水）

参加費 300円

午後1時半～3時半（出入り自由）

場所：居宅多摩南・介護ショップ多摩南事務所内
八王子市上柚木1178（上柚木バス停 すぐ）

ミニ講座 「身体づくりの基本のキ」

元気で転ばない様に過ごすためには、キホンの身体から!!

みんなと身体を動かして、自分の体づくりを
してみませんか。



誰かと話をしたいな…家の近くで美味しい珈琲を飲みたいな…でも
行くところがないな…。

ひとりでも、或いは仲間と待ち合わせて、ふらっと立ち寄って飲み
物を飲みながらお喋りができる「居場所」それが、**由木のよりみち
カフェゆず**です。介護や福祉用具などの専門職もご一緒しますので、
日常生活のこと、認知症のこと…いろいろと気軽にお話ができます。
ぜひ一度、お立ち寄りください。



問合せ先

居宅多摩南

TEL 042-679-0201

高齢者あんしん

相談センター由木

TEL 042-679-1114

駐車場のご用意はありません

公共交通機関の利用もしくは近隣パーキングのご利用をお願いいたします

上柚木バス停 時刻表



《行き》

南大沢駅発 多摩美大前経由橋本駅行(南63) ⑥番乗り場

南大沢駅	13 : 17	13 : 57	14 : 42
	↓	↓	↓
柳沢	13 : 21	14 : 01	14 : 46
	↓	↓	↓
上柚木	13 : 24	14 : 04	14 : 49

《かえり》

上柚木バス停発 南大沢駅行 (南63)

上柚木	14 : 04	14 : 44	15 : 29	16 : 12
	↓	↓	↓	↓
柳沢	14 : 07	14 : 47	15 : 32	16 : 15
	↓	↓	↓	↓
南大沢駅	14 : 17	14 : 57	15 : 42	16 : 25