

～人と人がつながる～  
スミプレカフェ



3月5日

★管理栄養士さんによる  
栄養講座&簡単料理  
参加費：無料



講師 市民の森クリニック通所  
リハビリテーションセンター様

毎週 水 曜日

10時00分～11時30分

場 所：ハーティーながやま住吉店スミプレルーム

楽しいカフェを開催しています 参加をお待ちしています♪

主 催：スミプレカフェ準備室

協 力：ハーティーながやま住吉店・住吉地区地域包括支援センター  
宮崎市役所地域包括ケア推進課

問い合わせ先：0985-65-8080

3月12日

★あいあい広場

リズム体操・季節の工作  
参加費：工作希望者のみ 300円  
工作されない方は無料

講師：NPO 法人  
住吉つなぎ相愛 様

3月19日

★カーリハ体操

参加費：無料

※ペットボトル・フェイスタオル

飲み物持参

講師：カーリハ&菜園デイみなみ様

3月26日

★食べかたセミナー

お食事やお口の悩みをスッキリ解決！

参加費：無料

講師：増田病院  
言語聴覚士 入江 様

※損害保険等の加入はご自身でお願いいたします。  
スミプレカフェで起きた怪我、事故などに関しては  
一切の責任を負いかねますので、ご了承下さい。