

参加者募集!

第45回 レモンカフェコミ白

上手な眠りと下手な眠り (シニア世代の眠りについて)

認知症の方やご家族、
地域の方などたても
気軽に集まって
交流や情報交換を
する場です♪

札幌認知症カフェ認証

SAPPORO

札幌市認知症カフェ認証

今よりもぐっすり、幸せな毎日のヒントが
きっと得られるはずです!

東洋羽毛北部販売(株)様より「睡眠健康指導士」の資格を有した講師の方をお招きします!
正しい情報を得て睡眠習慣を見直し、イキイキと健康的な毎日を歩むお手伝いをさせていただきます。



2022

7/13(水) 13:30~14:30



場所

コミュニティホーム白石
1階 レク室



事前申込制

定員 16名
参加費無料

- ・事前にお電話にてお申込みください。
- ・ワクチン接種証明書をご持参ください。
- ・入館時に体調の確認をさせていただきます。
- ・感染防止のため飲食の提供はありません。
- ・定員に達し次第、申込みを締め切りますのでご了承ください。



地下鉄東西線白石駅下車
7番出口より徒歩7分

【お申込み・お問い合わせ先】



社会福祉法人 溪仁会

コミュニティホーム白石

札幌市白石区本郷通3丁目南1番35号



(011) 864-5321

