

お茶を飲みながら、ゆっくり語り合ったり、運動したりして
心も身体もリフレッシュしませんか？



みなとカフェ

☆実施日時：毎月最終火曜日 10:00～

☆場所：みなとふれあいセンター2階
(住所：伊勢市神社港 262-1)

☆参加費：無料

内容

10:00～健康チェック (希望者のみ)

10:30～レクリエーション・体操

11:00～茶話会、介護など様々な相談



お茶を飲みながら皆で
盛り上がりましょう♪

参加条件

*みなとカフェにお一人でお越し
いただける方

*みんなでワイワイ楽しめる方

*当日飛び込み参加も可能です♪

*認知症についての悩み相談なども
大歓迎です！！



オレンジ 担当：出口 までお電話ください。

☎090-3254-3932

(不在時に折り返し連絡させていただく場合がございます。)

主催：オレンジ (伊勢市ボランティアセンター登録団体)

協力：社会福祉法人 伊勢市社会福祉協議会

地図



公共交通機関

近鉄伊勢市駅・JR 伊勢市駅から

三重交通 8 番乗り場の一色バスに

乗り、三交神社バス停下車、徒歩 3 分。