



認知症にやさしい町はみんなにやさしい

からきだ

たくみ

匠カフェ

参加費
330円
(飲物代)



人生100年幸齢社会！

▶ 詳細は裏面へ

場所：プラネットカフェ（唐木田駅徒歩2分）



2025/12/24 (水) 14:00-15:30

「知らないと怖い！シニアのための栄養講座」

今日から食べ方を変える！介護中の方、料理が苦手な方でもできる簡単術をご紹介します。

講師：中嶋利香（天本病院 管理栄養士）



2026/1/28 (水) 14:00-15:30

「新春スペシャルコンサート」

学生時代の男声合唱団OBで結成。2014年より「歌い、飲み、人生を語り合う」活動中！

出演：マーキュリアス合唱団

（村本卓生・幾田雅彦・徳山巖・井上清彦・泉原昭夫・鈴木堅仁）



2026/2/25 (水) 14:00-15:30

「ChatGPTで広がる楽しむ脳活」

話題の生成AIで、匠カフェのゆるキャラ制作に挑戦！パソコン・スマホ不要です。

講師：杉村和彦（株式会社プラネットワーク ドローン事業部/生成AIパスポート）



2026/3/25 (水) 14:00-15:30

「人気のスポーツ！ボッチャ体験会」

すっかり国民的スポーツになったボッチャ！どなたでも、何歳になっても楽しめます。

指導：河北医療財団の理学療法士など

匠カフェは、お茶を飲みながら学び語り合う、みんなのスペースです
社会福祉士や看護師もいますので、医療や介護のことも気軽にご相談ください。

【予約】 ☎ 042-376-2941（多摩市多摩センター地域包括支援センター）

主催：社会医療法人 河北医療財団 / 多摩市多摩センター地域包括支援センター