

# 第8回

平成30年度 大津市委託事業

# 喫茶マザーレイク

喫茶マザーレイクは認知症の方、その家族、地域の方どなたでも参加できる場所です。

悩み相談、情報交換などを何でも話せる憩いの場として、お話しませんか？

福祉・介護の専門職も参加します。まずは気軽にご参加ください。



日時：平成31年3月16日(土)  
10:00～13:00

途中入退場自由です。

アクセスマップ

会場：マザーレイク事務所2階(多目的ホール)  
大津市黒津1丁目6-18



参加費：無料

お昼は軽食をご用意しております。

※ご自宅までの送迎ご希望の方、対応致します。

※参加希望の方は下記担当までご連絡ください。

## 第8回のプログラム

# ～笑いヨガ～



皆さん笑いヨガってご存知ですか？笑いヨガとは笑うことと深呼吸を組み合わせた健康体操です。今回は、インストラクターさんを招いて実際に体験して頂こうと考えています。ぜひ皆さん参加して楽しく笑い、リフレッシュしましょう☆

その他、座談会・個別相談などに応じます。

◆問い合わせ◆

グループホーム マザーレイク 担当：松浦・服部 ☎077-536-3901

マザーレイク湖の波 担当：中尾・高橋 ☎077-549-2271