

レコードブック岩美大谷の【認知症カフェ】

レコブ カフェに行こう！

レコブカフェ（レコードブックカフェ）ってどんな場所？

物忘れの気になる人や認知症の人、その家族、地域住民、介護や福祉などの専門家など誰でも、気軽に集い、楽しく運動やお話しをしていただき、情報交換などをし合える場所です。

何が行われているのですか？

基本的にはどのように過ごすのも自由です。レコブカフェでは、認知症予防の運動などの企画を準備しています。運動やお話しを楽しくしていただき、その後はスーパーでお買い物をする時間も設けております。希望があれば、ご自宅まで送迎させていただきます。

レコブカフェのスケジュール（予定）

ご家族の方も
一緒にどうぞ



10:00~10:30	体調の確認・レコブ体操
10:30~11:00	休憩・フリータイム
11:00~11:30	スクエアステップ（脳トレ）
11:30~11:45	移動（送迎）
11:45~12:15	スーパーで買い物（30分）

送迎・買い物支援
サービスあり！

途中からの参加や、途中での退出も可能です。お気軽にどうぞ。

いつ、どこで行われているのですか？ ※要申込み

日にち	毎月第3土曜【9月17日、10月15日、11月19日、12月17日、1月21日、2月18日、3月18日】
時間	午前10時~午後12時15分頃（買い物なし・送迎ありの場合）
持ち物	200円（飲食代）
場所	レコードブック岩美大谷 岩美町大谷 1648-27
申込先	レコードブック岩美大谷 0857-35-0721（担当：高力）



リハビリ型デイサービス レコードブック岩美大谷

〒681-0073 鳥取県岩美郡岩美町大谷 1648-27

TEL 0857-35-0721

FAX 0857-35-0839