地域の方が気軽に立ち寄り、ほっと一息できる場所

第62回

鷹匠カフェ

どなたでもお気軽にお出かけください

2025年 10月21日(火)

健康小噺

14:25-

「”貯筋”しよう！」

お話し：大石内科作業療法士
石垣様

内容：冬に向けてどうしても運動量が減り筋力が落ちやすい傾向があります。今から簡単にでき続けられる運動を学びましょう！

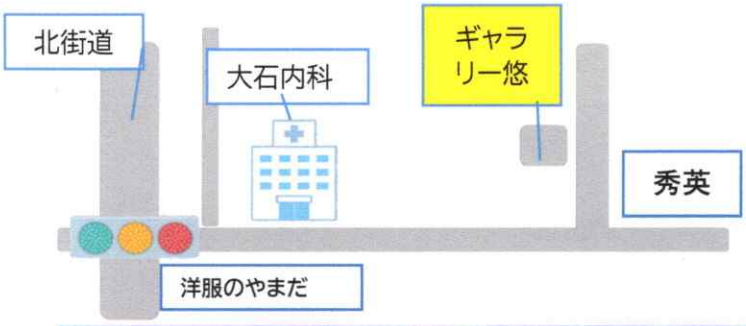
今月のイベント

13:35-

「二胡（中国伝統楽器）癒しの音色を楽しみましょう」

演奏グループ名：彩華（さいか）

初出演！ 珍しい二胡による演奏です。
3人で二胡を弾いて下さいます。
演奏予定：いのちの歌、さくら、見上げてごらん夜の星を‥他



おしゃべりタイム

カフェの途中で、
おしゃべりする時間を作っています。いろんな話題で楽しく語り合いましょう！

開催時間：13：30-15：30
開催場所：ギャラリー悠
会費：３００円頂いています。

主催 大石内科循環器科医院
〒420-0839 静岡市葵区鷹匠 2-6-1
お問合せ 054-252-0585 担当 秋山

手指の消毒にご協力ください。