

高齢者のための *Welcome*

# ★ まめのき食堂 ✨

月に1度みんなで食事をしながら  
楽しくお話しませんか。

誰かと食事をすると、フレイル（虚弱）予防になります。どうぞお気軽にご参加ください。

**日程** 毎月第3木曜日

**時間** 13:30～15:00



**会場** カフェ まめのき

(豊島区 要町1-14-1)

**会費** 350円 + 100円 (食事 + コーヒー紅茶)

**定員** 12名

申込先

労働者協同組合ワーカーズ・コープ・センター  
事業団 西部圏域高齢者の生活支援推進員  
担当 荒井

 090-1545-6108

