

松本 シルバーカフェ沢村



オーナー 貞松さん

〒390-0877
松本市沢村3丁目1番8号
TEL: 0263-87-7816
FAX: 0263-87-0657

E-mail: mail@silvercafe.jp.com

定休日
日・祝
一部土曜



安曇野 シルバーカフェ安曇野



オーナー 清水さん

〒399-8101
安曇野市三郷明盛4593-1
TEL: 0263-77-7007

E-mail: smz-hyk@beige.plala.or.jp

定休日
水・日



シルバー世代の生活サポート
コミュニティカフェ

シルバーカフェ



▲いきいき体操でみんな元気に



▲パソコン教室もあります



▲ジャム作りなどのイベントも

イベント盛りだくさんで、
笑顔あふれるカフェです
一度遊びに来ませんか？
お待ちしております！



▲仲間とお茶を飲みながら楽しくおしゃべり

生活支援・介護・年金・相続・葬儀など
シルバー世代の困ったこと何でもご相談に
応じています(専門家もご紹介しています)

2012年10月13日長野県地域支え合い体制作り事業の
支援金を得て松本市沢村でスタートしました。
2013年より長野県地域発元気づくり支援金を得て
シルバー世代の生活支援と充実を目的に活動しています！

オリジナルグッズ販売中



葬儀・相続編
思い出編

ハッピーエンディングノート
2冊セット 2,100円(税込)



大人の塗り絵
1,080円(税込)



信州の観光名所
[中南信版]付き



新米社長☆奮闘記
1,000円(税込)



健康達人☆手帳
無償進呈

ホームページからご注文承ります <http://www.silvercafe.jp.com/> シルバーカフェ

様々な団体と連携しています



イスラエルの高齢者
との交流会・勉強会



毎年恒例 歌声カフェ
Mウイングに180人集まりました



信州大学医学部の
日高先生による健康講座



facebook
シルバーカフェで検索



ホームページ
<http://www.silvercafe.jp.com/>

●お問い合わせ／シルバーカフェ本部

〒390-0877松本市沢村3-1-8

TEL (0263) 87-7816 FAX (0263) 87-0657

メールmail@silvercafe.jp.com

シルバーカフェではシルバー世代の皆様の
生活支援・充実のために様々な活動をしています。



友達づくり



様々な勉強会



困りごと相談



飲み物
おかわり自由



平日毎日やっています
(常設型コミュニティカフェ)

気軽に
お出掛け
ください

・カフェはどなたでもご利用いただけます(会員登録要) ・1日利用料:300~400円(各店舗によって異なります)

コミュニティーカフェ

楽しくお茶を飲みながら同世代の方々と情報交換や
コミュニケーションができます。お友達もたくさん作
れます。

イベント・教室

歌声カフェ・ロパク人形劇・歌う紙芝居・カイロブ
ラクティック・マッサージなど楽しく役立つイベントや
健康教室などが毎月数多く開催されます。英会話や
絵画、パソコン教室など各種講座も開催中。



▲みんなでランチを囲んで楽しくおしゃべり



▲楽しく学べる英会話教室(無料)

お買物

野菜や生魚の移動販売
や、農家さんからの直
産のお米、健康グッズ
やお役立て用品など、
シルバー世代の皆さん
に必要なかつ便利な商品
を販売しています。



店内の物品棚コーナー▶

健康麻雀/大人の塗り絵



かけない・のまない・
すわない『健康麻雀』や、
絵は苦手でも創造性
を発揮できる『大人の
塗り絵』で脳を若く保つ
トレーニング。



ご相談

年金・介護・相続・葬儀
お墓・健康・生活支援など
シルバーカフェ応援企業が
お悩みを解消して参ります。



お悩みの相談

専門家のご紹介

Silver Cafe
シルバーカフェ

生活のお悩み

専門家・専門業態

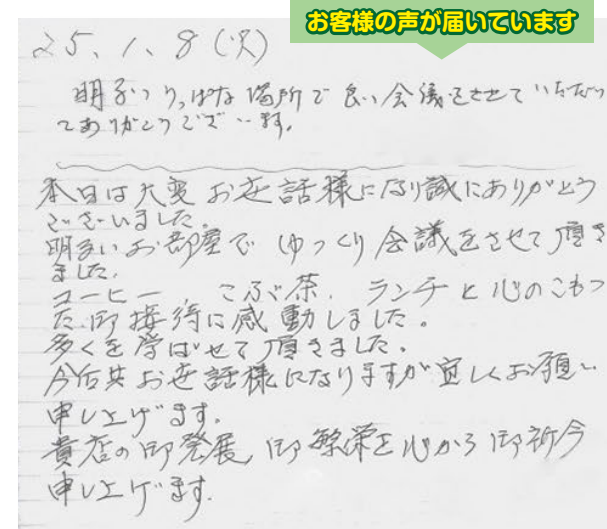
- ・介護福祉
- ・健康/医療
- ・相続/遺言書
- ・年金/税金
- ・葬儀/葬式
- ・墓石/仏壇
- ・老後資金/保険
- ・リフォーム/住居
- ・美容/理容
- ・生活支援
- ・その他

奉仕活動

がん患者向けにタオル帽子を
作り進呈しています。



お客様の声が届いています



法人の皆様へ

応援企業になりませんか?

「地域の高齢者を地域で支える」理念の
もと、自社の商品やサービスが高齢者
の生活充実を図れる企業様の輪を広げ
ています。

応援金
(月額) 3,000円

<応援企業>
松本信用金庫様はじめ、
地方企業約20社

—— 会員の条件など詳しくはwebで ——
ログイン <http://www.silvercafe.jp.com/>

当カフェが元気づくり支援金 優良事例として表彰されました!



シルバーカフェが
地域発 元気づくり
支援金(平成27年
度事業)優良事例
として、松本地域振
興局から表彰され
ました。

シルバーカフェは多くのご利用者様によって支えられています。本当にありがとうございます。

ご登録者数:約750名 ご利用者数:延べ約30,000名(2018年4月)

シルバーカフェを開設したいというお声を続々といただいています
あなたのまちにシルバーカフェを立ち上げませんか?

お問合せ

(0263)87-7816