



シルバーカフェ

電話 0263-87-7816

住所 松本市沢村3-1-8

定休日 土・日・祝日



生活支援・介護・年金・相続・葬儀・お墓…お困りのことなど**ご相談**ください

沢村店の12月のイベントスケジュール(移動販売以外は、別途 利用料300円が必要です。)

日	曜日	午前(10:00~12:00)	担当	午後(13:00~15:00)	担当
1	日				
2	月			足のマッサージ・足と靴の相談室 500円	満足館さん
3	火	パソコン教室	五味渚さん		
4	水	エンディングノートの書き方勉強会	カフェスタッフ		
5	木	手芸の日(トイレットペーパーホルダー制作) カレーライス(300円)			太田さん
6	金	11:30~12:00 野菜と魚の移動販売 「シルバーカフェ駐車場にて」	戸部商店さん カネノ水産さん		
7	土				
8	日				
9	月			足のマッサージ・足と靴の相談室 500円	満足館さん
10	火	パソコン教室	五味渚さん		
11	水			エンディングノートの書き方勉強会	カフェスタッフ
12	木	簡単な英会話	北原先生	歌声カフェ(クリスマス)	カフェスタッフ
13	金	11:30~12:00 野菜と魚の移動販売 「シルバーカフェ駐車場にて」	戸部商店さん カネノ水産さん		
14	土				
15	日				
16	月	タオル帽子づくり、または手芸(好きなものを作しましょう)			カフェスタッフ
17	火	エンディングノートの書き方勉強会	カフェスタッフ		
18	水	くちパク人形チエちゃんと遊ぼう!	百瀬昌江さん		
19	木			モリノフクロウさんと忘年会しましょ!	濱重俊さん
		お食事(300円)			
20	金	11:30~12:00 野菜と魚の移動販売 「シルバーカフェ駐車場にて」	戸部商店さん カネノ水産さん		
21	土				
22	日				
23	月				
24	火			カイロプラクティック体験会	モンキーボッドさん
25	水				
26	木				
27	金	11:30~12:00 野菜と魚の移動販売 「シルバーカフェ駐車場にて」	戸部商店さん カネノ水産さん		
28	土				
29	日				
30	月				
31	火				

手芸の日

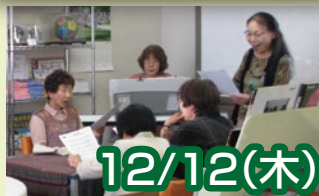
新企画

トイレットペーパーホルダー制作

12/5(木)



歌声カフェで クリスマス



12/12(木)

忘年会



12/19(木)

シルバーカフェ ひろおか

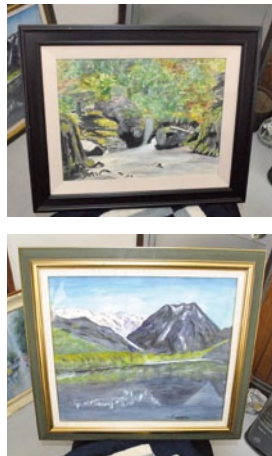
オーナー
高橋まさみさんが
教えます

絵画教室

毎週木曜日 午後1:30～午後3:30(2時間)

[場所] 高橋まさみアトリエ
塩尻市広丘野村1630-1(シルバーカフェ内)

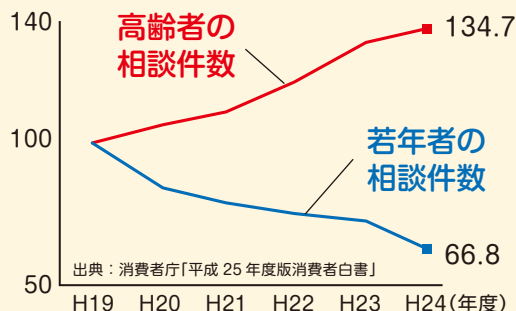
[料金] 1回 500円



電話／0263-53-3480
住所／塩尻市広丘1630-1

[特集] 高齢者を狙う詐欺から身を守りましょう！知っておきたい豆知識

① 高齢者の消費生活の相談が年々増加中！



② 手口の巧妙化した詐欺が増えています

- ・オレオレ詐欺
- ・還付金等詐欺
- ・投資勧誘
- ・未公開株等の勧誘
- ・外国通貨の両替の勧誘



③ あやしいと思ったらすぐ相談を 合言葉は「お・し・だ・そう」

お

おいしい話にのらない！
まずは疑う心を持つ事が大切

し

しんじこまない！
何事もたった一人で
判断しないようにしましょう

だ

だいじょうぶと思わず
「自分だけは大丈夫」という
思い込みが一番危ない！

そう

そうだんしょう！
公的な相談窓口や
周りの人に聞いてみましょう

サポート会員様のご紹介

(有)満足館 青木さん

靴から生まれる健康と楽しさをお届けしています！

応援します！
シルバーカフェ



▲靴が健康にとっていかに大切かを熱心に語る青木さん。

デパートで靴の仕入れ・販売を担当した後、日本靴総合研究会(現在:足と靴の健康協議会)によるバチラー・オブ・シュー・フィッティングを取得。現在は専門性の高いシューフィッターとして皆さんに足の形状に合った靴をご紹介します。

靴を勉強しようと考えたきっかけは、お買物に来られたお客様に「この足に合う靴を出してほしい」と言われた事。それは外反母趾で、当時まだ知らなかった私は東京へ行って自ら勉強し、体全体を支える足の影響の大きさ、そして足に合った靴を履く事でこうした外反母趾や

O脚なども改善できる事を知りました。また、“足に合った靴”を履くとはどういう事か自分でも試したところ、どんどん歩けてしまう爽快感、歩くことが楽しくなる安心感を実感し、これからは自分で納得した靴のみをお勧めしたいと思い、現在に至っております。

一度購入された靴に対しては、年齢などによる足の形状の変化がありますので、随時微調整も承っております。歩くことにお悩みの方、足に合った靴が欲しいとお考えの方、ぜひ一度お話を聞かせてください。



有限会社 満足館
青木 峰和

〒399-7415 松本市赤怒田 704-1
【TEL】090-4838-6576