

だんだん カフェ

だんだん
ダンス

※「だんだん」とは、島根県の出雲弁で「ありがとう」を表す言葉です。

誰でもできる！

やって楽しい！



顔洗い

柿もぎ



顔洗い



横泳ぎ



毎月第4土曜日

やわらぎ・阿佐谷へ集合!!

参加費 無料

だんだんカフェって何？

お子様からお年寄りまで
地域の皆様が気軽に集える場で
す。からだを動かし、みんなで
おやつを作り、わいわいおしゃ
べりを楽しむ場です。
お気軽にお越しください。

●開催スケジュール

毎月第4土曜日 13:30-15:30

2018年 開催日	内容
1月27日(土)	みたらし団子づくり+だんだんダンス 
2月24日(土)	バレンタインチョコフォンデュ+だんだんダンス 
3月24日(土)	くるくる巻こう！ラップサンドイッチ+だんだんダンス 
4月28日(土)	パクッとおいしい！おにぎりパーティ+だんだんダンス 
5月26日(土)	トライフル+だんだんダンス 
6月23日(土)	おいしいコーヒーを入れよう+だんだんダンス 
7月28日(土)	親子でつくるホットケーキタワー+だんだんダンス 
8月25日(土)	ブルスケッタで楽しむサマーパーティ+だんだんダンス 

※日程や内容は予告なく変更することがあります。事前にお問合せください。

●申込方法

電話もしくはメールにてお申し込みください。メールにて申し込みをされる方は、

- ①名前 ②住所 ③電話番号
- ④勤務先・所属団体(任意)
- ⑤申込日 をご記載ください。

認知症予防

だんだんダンス®



- ♪ 認知症予防に特化した
- ♪ 明るく楽しく取り組める
- ♪ エビデンスに基づいたダンス

特定非営利活動法人ケア・センターやわらぎ

だんだんダンス事務局

(デイサービスセンターやわらぎ・阿佐ヶ谷内)

TEL 03-5397-8030

住所 杉並区成田東5-30-7

(成宗須賀神社。杉並高校近く)

メール info@dandandance.jp

- JR中央線、JR総武線、東京メトロ東西線「阿佐ヶ谷」駅 徒歩15分

- 東京メトロ丸の内線「南阿佐ヶ谷」駅より徒歩5分

