

Welcome!!

# ロイヤルカフェ

2020年1月14日(火)

14:00~15:30

参加費無料 事前申込不要

お茶を飲みながら、おしゃべりをして  
交流しませんか？

介護を受けている方・認知症のある  
方・ご家族・ご友人・ご近所の皆様で  
お気軽にお越し下さい！

ご自宅で介護について困っている方の  
相談も承ります

## お問い合わせ先

相模原ロイヤルケアセンター

☎042-760-0040

〒252-0135

相模原市緑区大島 380-1

担当：支援相談員

「血压高めの方がやって  
いい運動とやってはいい  
ない運動」について  
当施設の理学療法士が  
お話しします。  
血压のしくみと家で  
出来る簡単な  
自主トレーニングを  
ご紹介します。

## ◆アクセス

◆鉄道でのアクセス



◆橋本駅周辺からのアクセス



相模原ロイヤルケアセンター  
橋本駅 (JR相模線、JR相模線、京王相模原線) 南口からバスで  
2番線 / 橋36 六地藏経由「上大島北」下車 徒歩5分  
3番線 / 橋33 西橋本経由「上大島」終点下車 徒歩10分