



2025
1.29 wed
 14:00 ~ 16:00
開催

毎週水曜日は、ケアマネジャーがカフェを運営しています

ケアマネはカフェにいるカフェ

リラクゼーション体験会

心とからだを癒すリラクゼーション体験イベントを企画しました。
 心地よい癒しの時間をお過ごしください♪



ハンドマッサージ

疲れが溜まりやすい手。何となく疲れている方や癒しが欲しい方にお勧めです。

* 脳や全身のリラックス



ヘッドマッサージ

頭部の血流改善で、全身の血流が良くなります。表情もスッキリ明るく！

* 目の疲れ改善
 * 肩こり・首こりの改善

今回は体験会のため
 お一人様5分間で『無料』
 です。(申込不要)

今後も定期的開催を
 予定しています。
 ぜひご参加ください！



マッサージ提供： なないろサロン

介護に関するご相談も受け付けています。
 お気軽にスタッフにお声掛けください。

Cafe Menu

- コーヒー 250円
- 紅茶・ジュース 200円

Food Menu

- カレー (A/B) 960円
- ベーグル 560円

ひがし Lounge 住所：〒150-0011
 渋谷区東3-14-13 渋谷区ひがし健康プラザ1階
 TEL: 03-5466-2681 営業時間：10:00~16:00 ランチ11:30~15:30



ひがしラウンジは社会福祉法人奉優会が運営するコミュニティーラウンジです。人とひとがつながる場を提供します。