

# 「脳を元気にする教室」 体験会

認知症予防に大切な知識を学びながら、楽しいレクリエーション活動を通して、認知機能の維持・向上を目指せる、研究に裏付けされた教室を開催します。

日時		会場	内容
10月6日 (金)	13:30 ~ 15:00	中央公民館 講義室	楽しいレクリエーションゲーム活動
10月20日 (金)			
10月30日 (月)		やすらぎ苑 多目的室	口腔ケア・誤嚥性肺炎予防の 楽しいレクリエーション活動
11月17日 (金)		くつろぎ苑 集会室	楽しいリズム運動

対象者：65歳以上の方

定員：各会場20人(先着順)

参加費：無料

講師：日本健康レクリエーション学会

\*複数日程参加可、申込み多数の場合は  
お断りする場合があります。

申込はこちらから  
でも可能です

