

☆頭の健康体操教室☆

頭と身体を同時に使って刺激しながら、介護予防・認知症
予防に繋がります。一緒に脳を活性化しましょう！

申込み不要！

◆令和6年度 月別の日程◆

日時：毎月第1金曜日 4/5 6/7 7/5 8/2 9/6 10/4
午前10時30分～午前11時30分 11/1 12/6 2/7 3/7
(※5月と1月はお休みです)

場所：中部福祉センター 多目的室(1階)

対象：市内在住の60歳以上の方、18歳以上の障がいのある方
地域福祉活動やサロン活動に関心のある方

協力：有料老人ホームオレンジ



【問い合わせ先 中部福祉センター ☎76-0090】