

☆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7年度 月別の日程◆

日時：毎月第1金曜日

4/4 5/2 6/6 7/4 8/1 9/5

10/3 11/7 12/5 2/6 3/6

午前10時30分～午前11時30分

(※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】