

参加費  
無料

身体を動かし、楽しく認知症予防を♪♪

令和3年度

赤磐市在住で、  
認知症予防に関心のある  
65歳以上のかた

脳イキイキ☆認知症予防教室

受講生募集中

定員30名  
(先着順)

この教室は、普段慣れない動きで脳に適度な刺激を与えると同時に、脳の活性化を図ることを目的とした教室です。

また、認知症や栄養、口腔ケアなどについて楽しみながら学ぶこともできます。みなさんぜひご参加ください。

◎ 筆記用具持参のうえ、動きやすい格好でお越しください。

### 開催日(全8回)

10月19日(火)  
11月4日(木)・30日(火)  
12月8日(水)・22日(水)  
1月18日(火)  
2月3日(木)・16日(水)

### 時間

14:00~15:30  
(受付 13:45~)

### 開催場所

中央公民館 展示講座室  
(初日のみ)  
中央図書館 多目的ホール

新型コロナウイルス感染予防のため、マスクを着用ください。  
また、当日、発熱などの風邪症状がみられるかた、体調がすぐれないかたは参加をお控えください。

申込期限 10月15日(金)

申し込み・問い合わせ先 赤磐市地域包括支援センター

Tel 086-955-1470

