交流サロン・猿投北交流館 共催講座

元気で仲間いっぱい！夢いっぱい！

いきいき８０、めざせ１００歳！

認知症予防

みんなでやろまい 脳力アップ！

　からだを鍛えるのと同じように、頭（脳）もちょっとしたゲームやリズム運動で若返ることが出来ます。しかも、みんなでワイワイ・ガヤガヤ楽しんで行うことで尚一層、脳の活性化がはかられ、効果が上がるといわれています。

身近に仲間がいっぱいいて、夢もいっぱいあって、
「いつまでも初々しいこころ・あたま・からだ づくり」しませんか。

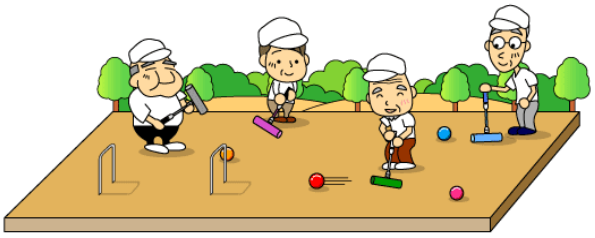
◎日時　　１０月１９日（日）　１０時～１１時３０分

♪場所　　猿投北交流館　多目的ホール

〇内容　　認知症のお話、脳トレ体操、脳活性化ゲーム

〇講師　　認知症予防支援グループ　えんじょい♪

〇参加費　　無料



◇対象　　どなたでも

◇定員　　先着３０名

◇申込み　　９月１６日（火）９時３０分～

□お申込み・問い合わせ　　猿投北交流館　（０５６５）４５－５４８０

指定管理者：（公財）豊田市文化振興財団