令和8年度 脳活性化教室



あつまれ場



福祉課

あつまれ場はおたっしゃ度の高い方向けの「自立型脳活性化教室」です。脳を活性化すると記憶力や思考力の向上につながります。
仲間と楽しく脳を鍛える習慣を続けましょう！

《日程》

回	月　日	回	月　日
1	4月　7日(火)	7	10月13日(火)
2	5月19日(火)	8	11月24日(火)
3	6月16日(火)	9	12月15日(火)
4	7月28日(火)	10	1月26日(火)
5	8月18日(火)	11	2月16日(火)
6	9月29日(火)	12	3月23日(火)

《内容》

内容は月によって変更し、毎月違うメニューを自分のペースで楽しめます。

楽しくできる脳トレドリル



コグニサイズ



動画で運動



コミュニケーションレク



脳トレボード



時　間：午前１０時００分～午前１１時３０分
（受付　午前９時３０分～）

場　所：保健福祉センター２階　機能回復訓練室

持ち物：飲み物　タオル　筆記用具

参加費：無料

申込み：地域包括支援センター係　ＴＥＬ：８５－６３４１