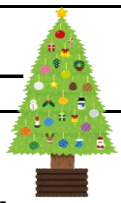




脳いきいき教室



「脳トレ・運動・交流で毎日をもっと笑顔に」

第1回	9月30日(水)	オリエンテーション・体力測定・評価・ストレッチ	・介護予防サポーター ・地域包括支援センター
第2回	10月14日(水)	手話ダンス  I LOVE YOU 	・手話ダンス時計草の会  ・介護予防サポーター ・地域包括支援センター
第3回	10月28日(水)	わくわくウォーキング 	・介護予防サポーター ・地域包括支援センター
第4回	11月11日(水)	運動と脳トレ～2重課題 コグニサイズ～	日新病院リハビリテーション科 作業療法士 藤田 成美 先生 / 島田 陽平 先生
第5回	11月18日(水)	ボッチャ	・介護予防サポーター ・地域包括支援センター
第6回	11月25日(水)	筋力トレーニングによる 認知症予防・体力測定	日新病院リハビリテーション科 作業療法士 藤田 成美 先生 / 島田 陽平 先生
第7回	12月23日(水)	体力測定・評価・体操 サロンのお話	・介護予防サポーター ・地域包括支援センター 

※手話通訳・要約筆記通訳が必要な人は事前にご連絡ください。

★対象者：市内在住の運動制限のない概ね65歳以上の方

★時 間：午前 10:00～11:30

★場 所：桐生市総合福祉センター内101会議室
(桐生市新宿3丁目3-19)

★持ち物：動きやすい服装、飲み物、タオル、筆記用具

(眼鏡や補聴器など必要な方は持参してください)

★定 員：20名

★費 用：無料

募集中!

☎ 申込お問い合わせ 9月7日(月)より受付開始

桐生市地域包括支援センター社協

桐生市新宿3丁目3-19(総合福祉センター内)



0277-46-4411



0277-46-4166