

脳いきいき教室



運動・脳トレ・ゲーム・歌 で脳活して

楽しく介護予防をしませんか

対象：市内に居住する概ね65歳以上の人（定員 15 名）

＊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

参加費：無料

会場：広沢公民館 講堂（所在地：桐生市広沢町 4 丁目 1970 番地の 172）

期間：令和 8 年 11 月 20 日～令和 9 年 1 月 15 日 全 7 回

時間：金曜日 10時から11時30分まで

持ち物等：タオル・飲み物・筆記用具・メガネ・補聴器 等

＊動きやすい服装でお越しください

第1回	11月20日	体力測定・認知機能テスト	包括ユートピア広沢 介護予防サポーター 
第2回	11月27日	脳活のための運動と脳トレ① 	共創みらい訪問看護ステーション桐生桜木 理学療法士 小國英俊先生
第3回	12月4日	モルックで脳トレ？ 	境野吹矢愛好会
第4回	12月18日	脳活のための運動と脳トレ②	共創みらい訪問看護ステーション桐生桜木 理学療法士 小國英俊先生
第5回	12月25日	二胡の演奏で楽しみましょう	二胡演奏 おりひめ 
第6回	1月8日	体力測定 	包括ユートピア広沢 介護予防サポーター
第7回	1月15日	測定結果と介護予防について	包括ユートピア広沢 介護予防サポーター

◆内容は変更となる場合があります

◆感染症の状況に応じて、感染対策にご協力を願います

<お問い合わせ・お申し込み先>

※申込み：10月7日(水)～受付開始

桐生市地域包括支援センターユートピア広沢

桐生市広沢町 6-307-3 （ユートピア広沢内）

☎0277-53-1114