

健康脳トレ塾

～楽しく健康寿命を延ばそう～

そらまめ体操・認知症予防のための脳トレ・口腔機能向上等に関する講義と実技を行います。1コース10回で、年に4会場で実施します。

●申し込み：介護保険課 地域支援担当（直通：736-1119）

（詳細は広報かすかべをご覧ください）

●対象：おおむね65歳以上の市民

●時間：13:30～15:30

| 会場 | 豊春市民センター (豊春地区公民館) | 大池憩いの家 | 武里大枝市民センター (武里大枝公民館) | 庄和南公民館 |
|------|-----------------------|---------|-------------------------|----------|
| 第1回 | 5/20(火) | 5/22(木) | 9/30(火) | 10/2(木) |
| 第2回 | 5/27(火) | 5/29(木) | 10/8(水) | 10/9(木) |
| 第3回 | 6/3(火) | 6/5(木) | 10/15(水) | 10/16(木) |
| 第4回 | 6/10(火) | 6/12(木) | 10/21(火) | 10/23(木) |
| 第5回 | 6/17(火) | 6/19(木) | 10/28(火) | 10/30(木) |
| 第6回 | 6/24(火) | 6/25(水) | 11/12(水) | 11/6(木) |
| 第7回 | 7/1(火) | 7/3(木) | 11/18(火) | 11/13(木) |
| 第8回 | 7/8(火) | 7/10(木) | 11/26(水) | 11/20(木) |
| 第9回 | 7/15(火) | 7/17(木) | 12/3(水) | 11/27(木) |
| 第10回 | 7/23(水) | 7/24(木) | 12/9(火) | 12/4(木) |