

令和6年度

吉田教室

# 脳活性化教室 ボケてらんねっちゃ 受講者募集！

元気な生活を続けるために、「脳」を健やかに保つコツを学びませんか？  
この教室では、体操やレクリエーションを通して、脳のトレーニングを行います。  
ぜひ一緒に参加して、楽しみながら「脳活性化」を目指しましょう！！

## 【 日 程 】

第1回	5月23日(木)	頭と身体の元気度チェック
第2回	5月30日(木)	脳活性化トレーニング 運動レクリエーション 健康講話 創作活動 
第3回	6月 6日(木)	
第4回	6月13日(木)	
第5回	6月20日(木)	
第6回	6月27日(木)	
第7回	7月 4日(木)	
第8回	7月11日(木)	
第9回	7月18日(木)	
第10回	7月25日(木)	頭と身体の元気度チェック

【 対 象 者 】 65歳以上の方

【 時 間 】 午前10時から11時30分

【 場 所 】 農村環境改善センター 多目的ホール

【 持 ち 物 】 飲み物 タオル 運動靴(上履き)

【 講 師 】 インストラクター



申込期限は

**5月15日(水)まで**

運動制限の有無や通院状況の  
聞き取りも行います。

【申込・問合せ先】 互理町地域包括支援センター

☎ 0223-34-1331