

《認知症予防教室》

# いきやしよみつい

地域の皆様をご参加いただける健康教室です！



脳トレ！

頭や指先を使いましょう！

健康体操！

椅子に座ったままできる簡単なゲームをします！

2026年3月9日 月曜日 10:00～11:00  
(受付9:30)

- ・場所: シルバーランドみつい 地域交流室
  - ・内容: 認知症予防体操や簡単なゲームなど
  - ・参加費: 無料
  - ・持ち物: 上履き
  - ・定員: 20名
- 申込先: 0267-66-6800  
(シルバーランドみつい 月～金 8:30～17:30)