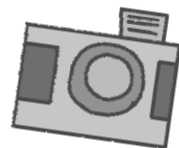


主催：鹿島地区健康まつえ21推進隊 共催：鹿島公民館



健康講座のご案内



「思い出語りは**元気**のもと！

～認知症予防のための回想法～

「回想法」をご存知ですか？写真や品物、歌などを手がかりにして、心の奥にしまっておいた大切な思い出を語ることによって、生きた喜び、生きる喜びを感じることです。

今回は、明治～昭和の懐かしい歌をうたったり、モノクロ写真を見て“あ～懐かしい”と思い出したり、思わず笑ったり…。みなさんの“あの頃”にタイムスリップして、脳を活性化させる楽しいひと時を過ごしませんか？

皆様のご参加をお待ちしております！

日時 10月26日（金）

14時～15時30分

会場 鹿島公民館 2階 正庁

講師 回想法 旅芸人

出雲市民病院



鈴木正典先生

その他 参加費・申込み不要です

問合せ先 鹿島公民館 TEL 55-5716

早めに来られた方は
喫茶室（無料）を
ご利用ください！

