

脳と体をリフレッシュ

◇健康講座◇

脳トレーニング

身体を動かして脳を活性化し認知症の予防につなげましょう。
脳と体がリフレッシュできる運動を学びます。ぜひ、ご参加ください。

日時：令和4年2月21日(月)

14:00~15:00

会場：八東公民館 2階 会議室

内容：体を動かして脳トレーニング

講師：レクリレーションインストラクター
栢野和美 さん



定員：20名

※新型コロナウイルス感染予防をお願いします。

手指の消毒・マスクの着用・検温にご協力ください。

※講座終了後、豊島肥料店の移動販売車が来ます。ぜひご利用ください！

※内容は予定です。変更になる場合があります。

《問い合わせ・申込み》

八東地区社会福祉協議会 事務局(八東公民館内)

TEL 76-3663 FAX76-3669

※人数把握の為できるだけ事前に申し込みをお願いします。

締切：令和4年2月17日(木)



主催：八東地区社会福祉協議会 八東地区健康まつえ21推進隊

共催：松江市八東支所 八東公民館

※この事業は篤志寄付金（香典返し）の配分を受けています。