

認知症予防教室

コグニサイズ

参加者募集！

日程

9月24日(水)		機能検査があります。 ※開始時間の10分前までに会場へお越しください
9月30日(火)	10月 3日(金)	午前10時00分から11時30分 (受付9時50分から) 
10月 7日(火)	10月10日(金)	
10月15日(水)	10月21日(火)	
10月24日(金)	10月28日(火)	
10月31日(金)	11月 6日(木)	
11月11日(火)	11月14日(金)	
11月18日(火)		最終回は機能検査があります

内 容 筋力維持のための運動や、認知症予防に効果がある体操やゲーム

会 場 シェルターなんようホール 練習室

参加費 無料

持ち物 タオル・水分・メガネ（必要な方）

その他 都合より参加できない場合は事前に下記までご連絡ください。

定 員 先着12名

連絡先 南陽市福祉課介護業務係 電話 40-0610

