

認知症予防教室

コグニサイズ

参加者募集！

日程

11月28日(金)		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
12月 2日(火)	12月 5日(金)	午前10時00分から11時30分 (受付9時50分から) 
12月 9日(火)	12月12日(金)	
12月16日(火)	12月19日(金)	
12月23日(火)	12月26日(金)	
1月 6日(火)	1月 9日(金)	
1月16日(金)	1月20日(火)	
1月23日(金)		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

