

参加者募集！



# エンジョイシニア！！ 脳活教室

楽しく頭と身体にいいことしてみませんか？

参加費無料

日程

☆全日程参加でもお好きな日程だけの参加でも大丈夫です。お気軽にご参加ください。

|          |          |           |
|----------|----------|-----------|
| 4月23日（水） | 6月11日（水） | 7月9日（水）   |
| 9月10日（水） | 10月8日（水） | 11月12日（水） |

時間

・午前10時～11時30分（受付9時50分から）

会場

・シェルターなんようホール 練習室1

内容

・フレイル予防や脳の活性化に効果がある体操やゲーム

対象者

・65歳以上の方

定員

・先着15名

持ち物

・水分、タオル、動きやすい格好でおいでください

申込み

・各回1週間前まで

南陽市福祉課介護業務係 電話 40-0610

