

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？

日 程 ☆全日程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。

5月29日（金）	6月18日（木）	7月15日（水）
8月26日（水）	10月 1日（木）	11月 4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（5月のみ市役所大会議室）

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20名程度

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 申込締切は各回1週間前まで 南陽市福祉課介護業務係 電話 40-0610

参加費無料



※なんよう健幸ポイント事業参加者には10ポイント付与します。

※2回目から6回目の教室がポイント付与の対象となります。