

健康脳トレ塾

～楽しく健康寿命を延ばそう～

そらまめ体操・認知症予防のための脳トレ・口腔機能向上等に関する講義と実技を行います。1コース8回で、年に6会場で実施します。

●申し込み：介護保険課 地域支援担当（内 7574・7575）

（詳細は広報かすかべをご覧ください）

●対象：おおむね65歳以上の市民

●時間：13：30～15：30（※10：00～11：30）

大池憩いの家のみ 9：30～11：30

会場	豊春地区 公民館	庄和南 公民館	豊野地区 公民館	武里大枝 公民館	大池憩い の家	内牧南 公民館
第1回	5/23 (火)	5/25 (木)	8/22 (火)	8/23 (水)	10/24 (火)	10/25 (水)
第2回	5/30 (火)	6/1 (木)	8/29 (火)	8/30 (水)	10/31 (火)	11/1 (水)
第3回	6/6 (火)	6/8 (木)	9/5 (火)	9/6 (水)	11/7 (火)	11/9 (木)
第4回	6/13 (火)	6/15 (木)	9/12 (火)	※9/14 (木)	11/14 (火)	11/15 (水)
第5回	6/21 (水)	6/22 (木)	9/20 (水)	※9/21 (木)	11/21 (火)	11/22 (水)
第6回	6/27 (火)	6/29 (木)	9/26 (火)	9/27 (水)	11/28 (火)	11/30 (木)
第7回	7/4 (火)	7/6 (木)	10/3 (火)	10/4 (水)	12/5 (火)	12/6 (水)
第8回	7/11 (火)	7/13 (木)	10/18 (水)	※10/12 (木)	12/12 (火)	12/14 (木)