

# 健康脳トシ塾

～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シ・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（直通：736-1119）

（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

| 会場  | 庄和南<br>公民館  | 豊春地区<br>公民館 | 武里東<br>公民館  | 豊野地区<br>公民館  | 中央<br>公民館    | 幸松地区<br>公民館  |
|-----|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| 第1回 | 5/21<br>(火) | 5/23<br>(木) | 8/20<br>(火) | 8/22<br>(木)  | 10/22<br>(火) | 10/24<br>(木) |
| 第2回 | 5/28<br>(火) | 5/30<br>(木) | 8/27<br>(火) | 8/29<br>(木)  | 10/29<br>(火) | 10/31<br>(木) |
| 第3回 | 6/4<br>(火)  | 6/6<br>(木)  | 9/3<br>(火)  | 9/5<br>(木)   | 11/5<br>(火)  | 11/15<br>(金) |
| 第4回 | 6/11<br>(火) | 6/13<br>(木) | 9/10<br>(火) | 9/12<br>(木)  | 11/12<br>(火) | 11/22<br>(金) |
| 第5回 | 6/18<br>(火) | 6/20<br>(木) | 9/18<br>(水) | 9/19<br>(木)  | 11/19<br>(火) | 11/28<br>(木) |
| 第6回 | 6/25<br>(火) | 6/27<br>(木) | 9/24<br>(火) | 9/26<br>(木)  | 11/26<br>(火) | 12/5<br>(木)  |
| 第7回 | 7/2<br>(火)  | 7/4<br>(木)  | 10/1<br>(火) | 10/3<br>(木)  | 12/3<br>(火)  | 12/12<br>(木) |
| 第8回 | 7/9<br>(火)  | 7/11<br>(木) | 10/8<br>(火) | 10/10<br>(木) | 12/10<br>(火) | 12/19<br>(木) |