

脳トレ広場

気軽に認知症予防しませんか？

どなたでも参加
できます

脳トレ広場
開催中！

8月2日(火)(毎月第1火曜)

①10時～10時50分

②11時～11時50分

<会場>

埼玉西協同病院1階 待合室(放射線科前)

<持ち物>

ペン、飲み物

<服装>

動きやすいもの(薄着)、運動靴

<今後の脳トレ広場予定>

9月6日 10月4日 11月1日



<広場の流れイメージ>

<1回目>10時～10時50分

前半：ドリルなどを使って行う脳トレ

後半：ラダー体操(認知症予防トレーニング)

<2回目>11時～11時50分

※1回目と同じ内容です。

- ◇もの忘れが気になる方、認知症予防したい方
- ◇事前予約なし 参加費無料
- ◇自分の好きな時間に。
- ◇診察の合間にちょっと気軽に。
- ◇自由にできる脳トレ広場。
どうぞいらして下さい。
さあ、みんなで一緒に心も身体も脳も元気にしましょう。



埼玉西協同病院 組織課(茂木 曾田)
070-2154-7354(茂木)