

—最近もの忘れが気になる方、認知症予防したい方へ—



脳トレひろば

予約不要
参加費無料

—今後の予定—

9/6・10/4

11/1・12/6

毎月第1火曜日

ご参加を
お待ちしております

①10時～10時50分 ②11時～11時50分

※①と②は同じ内容です。

<会 場> 埼玉西協同病院1階 待合室（放射線科前）

<持ち物> 筆記用具・飲み物

<服 装> 動きやすいもの（薄着）、運動靴



みんなで一緒に心も身体も脳も元気になりましょう

—プログラム—

ドリルなどを使って行う脳トレ

&

ラダー体操（認知症予防トレーニング）

※10時コースと11時コースは同じ内容になります。

※埼玉県認知症サポーター養成講座を受講された方で脳トレ広場に協力していただける方大募集中

《問合せ先》埼玉西協同病院 組織 担当 茂木 070-2154-7354

