

『ここレク』（こころレクリエーション）



みんなde脳活♪

日程 4月2日(金) 14:00~15:00

♪みんなde楽しい時間を過ごしませんか♪



今回のプチ講座は、『**脳の老化を予防する近道!**』がテーマです。日常で実践しやすい内容でお話します。また、健康問題や身近な悩みや心配事についてみんなde考えてみませんか？

参加対象	亀田交流プラザ高齢者コーナーにご登録されている方
場所	亀田交流プラザ 2階交流集会室
定員	10名 (先着)
参加方法	3月20日(土)9:00 から事前申し込み開始!! 途中からの参加、途中退出もOKです
持ち物	マスク、筆記用具、高齢者コーナー利用券、飲み物

時間の共有が目的です。活用の仕方も自由! 楽しみ方はそれぞれです!! 心の健康を保つ『**憩いの場**』として是非ご参加ください♪

※お問い合わせは、2階高齢者コーナーまたは、2階保健相談室へ
お願いします (☎ 0138-86-6827)

主催: 亀田交流プラザ 保健師