

初めての方、
おひとりでのご参加も
大歓迎です！！

集まって！遊んで笑って！

保健師によるつどいの場

ゆるらひろば



テーマ
「脳のお掃除」～すっきりのコツを
知って、新年を迎えましょう



開催日・・・12月15日（月）
時間・・・10:00～11:00

10時から始まります。間に合うようご来館ください
内容によっては途中参加ができない場合があります

場所：2階交流スペース

持ち物：飲み物、歩きやすい靴でお越しください

定員：自由参加（予約制ではありません）

＊人数が多い場合は見学・応援席となる場合があります

保健師の知恵袋（ミニ講話）

内 容

レクリエーション・ゲーム

➤ 脳のお掃除って？
しくみとやり方の
カンタン解説＆クイズ✍

➤ 掃除・片付けにちなんだ
脳トレ・ゲーム