

実践!



脳活性化体操

講習会

笑って楽しくできる
脳が喜ぶ体操です!

地域の活動で脳活性化体操を取り入れたい方
認知症予防の体操について学びたい方

日時 7/24 月 10:00～12:00

場所

明市民センター
(第2会議室)

申込締切
7/14(金)

日時 8/5 土 10:00～12:00

場所

松戸市民会館
(101会議室)

申込締切
7/25(火)

料金 4,400円(税込)

～講習内容～

- 01 認知症とは
- 02 認知症予防と運動
- 03 実践!脳活性化体操

講師紹介



介護予防主任運動指導員

東 靖章



株式会社じりきのもり イノベーション事業部

080-7259-5564 (りぼんくらぶ)