

【会場】 広野地域福祉センター

後期

おいでやす 脳活道場

事前申込制

- ・参加の際は、マスクの装着と手洗い・手指消毒にご協力をお願いします
- ・月ごとに脳活性や介護予防に役立つ講座を開催します
- ・半年毎の入れ替え制で参加者を固定します

日時：令和5年10月16日～令和6年3月18日（全6回）
午後2時から午後3時半 / 毎月第3月曜日

	プログラム	講師
10月16日	認知症を正しく理解しよう	中宇治地域包括支援センター
11月20日	元気になれる体操	介護予防サポートセンター
12月18日	お口の健康について	京都府歯科衛生士会
1月15日	健康長寿の食生活について	京都府栄養士会
2月19日	脳活で頭すこやかに	介護予防サポートセンター
3月18日	地域で生き生きと暮らすために	生活支援コーディネーター

新型コロナウイルス感染状況や自然災害などによっては急遽中止または変更となる場合があります

- ・費用：無料
- ・対象者：市内在住65歳以上の方
- ・駐車場はありませんのでお車でのご来場はご遠慮下さい

参加当日は、自宅での検温を行い、
微熱または体調不良の場合は参加
をお控え下さい

【受付方法】

令和5年9月1日（金）9:00～9月15日（金）17:00まで
来所または電話にて申し込み。新規の方優先。

詳しくは中宇治地域包括支援センターまでお問合せ下さい

電話：28-3180