

東宇治北

—宇治市委託事業—

こはた“脳力あつぷ”教室

場所：ハーモニーやはた

認知症になるのを遅らせる、認知症の疑いが出て、進行を遅らせるポイントは「楽しく頭と身体を動かす」ことです。

いつまでも元気にイキイキと過ごせるように、気軽にご参加ください。

65歳以上の方が対象です。（20名定員です）

新型コロナウイルス感染予防のため**抽選制**にさせていただきます。

※多数の応募になった場合は隔月（偶数月、奇数月）の参加になる場合もございます。

当日はご自宅で**検温**し、体調不良の場合は参加をご遠慮ください。

マスクの着用・手洗いをお願いしております。

スリッパの貸し出しは致しませんので、**上履きの持参**をお願い致します。

◆日時 毎月第4木曜日、午後2時～4時に開催しています。

2024年 4月25日	10月24日
5月23日	11月28日
6月27日	12月26日
7月25日	2025年 1月23日
8月22日	2月27日
9月26日	3月27日

◆開催場所 ハーモニーやはた（宇治市木幡北山畑23-1）

※駐車場はありませんので、ご了承ください。

※裏面の地図をご参照ください。

◆内容 どなたでもできるゲームや体操

※動きやすい服装でお越しください。

（マスク・タオル・お茶・筆記用具・上靴は各自ご用意ください）



【ご予約・お問い合わせ】

東宇治北地域包括支援センター（ハーモニーこはた内）

受付期間：3月15日～3月29日

受付時間：月～土 午前9時～午後5時 電話：[0774-33-8270](tel:0774-33-8270)

当選結果は4月1日にお知らせします。

【ハーモニーやまはたの地図】

⇒ J R 木幡駅 から歩いて約 5 分です。

