

こはた“脳力あつぷ”教室

場所：平尾台西集会所

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）の参加になる場合がございます。
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2火曜日、午後2時～4時に開催しています。

2024年 4月 9日	10月 8日
5月 14日	11月 12日
6月 11日	12月 10日
7月 9日	2025年 1月 14日
8月 13日	2月 18日
9月 10日	3月 11日

◆開催場所 平尾台西集会所（宇治市平尾台一丁目19-11）

※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・上履きは各自ご用意ください）

【ご予約・お問い合わせ先】

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。



【平尾台西集会所の地図】

