

★ あたまイキイキ教室 ★

人は年齢を重ねるともの忘れが多くなります。多くの方が経験するもの忘れと認知症には違いがあります。そこで、宇治市では脳の活性化に役立つ教室を開催しています。認知症を正しく理解して、認知機能を活発に働かせるゲームや指体操などを行い、人との交流によって脳を活性化させる教室です。みなさんと一緒に楽しい時間を過ごして、頭をイキイキさせましょう！

日 程	場 所 ※裏面に地図あり	定員
4月 13 日（月）～毎週月曜日 午前 10 時～12 時（全 20 回）	朝日プラザ宇治 （集会室）	18名
4月 14 日（火）～毎週火曜日 午前 10 時～12 時（全 20 回）	うじ安心館 （5階 集団指導室）	18名
4月 15 日（水）～毎週水曜日 午前 10 時～12 時（全 20 回）	リエゾン宇治おおくぼ （1階 地域交流センター）	18名
4月 16 日（木）～毎週木曜日 午前 10 時～12 時（全 20 回）	六地藏公会堂 （洋室）	18名

※うじ安心館は市役所駐車場をご利用いただけますが、その他の会場はいずれも駐車場はご利用いただけませんので、徒歩または公共交通機関にてお越し下さい。

◇対象：65歳以上の宇治市民（前年度参加していない方が優先です）

◇参加費：無料

◇申し込み方法：電話にて受付（平日 9時～17時30分）

◇受付期間：3月16日（月）～3月27日（金）

※定員に達しなかった会場については受付期間を延長することがあります。

◇申込者が定員を超えた場合は抽選。（先着順ではございません）

◇申込者全員に4月上旬頃、決定通知を送付いたします。

お申し込み・お問い合わせ先

（一財）宇治市福祉サービス公社 介護予防サポートセンター

TEL：28-3160