

### 認知症予防のためのイベント

10日(金)13:30-14:30

#### 生前整理で心・脳スッキリ

～ 私について編 ～

身の回りの物を整理することは、脳を活性化します。  
この先の人生をすっきり軽やかにしませんか。

講師:一般社団法人 生前整理普及協会  
準1級認定生前整理アドバイザー  
武田昌子氏



要予約

6日(月)10:00-11:00

#### エンジョイタイム



セルフ脳トレや、色塗り、折り紙  
ゲーム等、皆さんとおしゃべりしな  
がら楽しく脳トレしましょう♡

予約不要

※セルフ脳トレは、イベントのない他の日時にも利用できます。

12日(日)10:30-11:30  
13:00-14:00

#### 音楽プログラム

青春時代の流行歌などを歌いながら  
当時の出来事を振り返ります♪



要予約

講師:日本音楽療法学会認定音楽療法士 國分由佳 氏

毎週(火)10:00-11:00  
13:00-14:00



DVDを見ながらみんなで体操  
しましょう♪

予約不要

17日(金)13:50-14:40  
15:00-15:50

#### コグニサイズ講座

脳と身体を鍛える  
認知症予防のための運動です☆

講師: Viva Trainingペリデ駒形  
コグニサイズ指導者または実践者



要予約

毎週(土)9:30-10:30

#### 認知症・MCI予防プログラム

動画を見ながら運動や脳トレ体操をしましょう♪



予約不要

#### イベント予約方法変更のお知らせ

☎ 予約開始日(原則20日)は電話予約のみ受付  
(来場での予約不可)

☎ 予約できるイベントは一人2つまで

☎ 5月のイベント予約(4/20)から  
変更開始

※不明な点はスタッフまでお問合せください



3月21日(土)から 予約受付

⇒ かけこまち七間町  
(054-204-1541)

受付時間は9:00～18:00  
(水・木・祝日・年末年始は休み)

かけこまち七間町  
Instagram・x



フォローしてね!