

### 認知症予防のためのイベント

10日(日)10:30-11:30  
13:00-14:00

#### 音楽プログラム

要予約

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♪



講師：日本音楽療法学会認定音楽療法士 國分由佳 氏

8日(金)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。

15日(金)13:50-14:40  
15:00-15:50

#### コグニサイズ講座

要予約

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

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

22日(金)13:30-14:30

#### 生前整理で心・脳スッキリ

～ 身の回りの整理 編 ～

身の回りの物を整理することは、  
脳を活性化します。



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  
武田晶子氏

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

かけこまち七間町  
Instagram・x



フォローしてね!

認知症のご相談、脳の健康チェック承ります。  
お電話でご予約承ります。

4月20日(月)から 予約受付

※20日は電話予約のみ受付します

☎ 予約できるイベントは1人2つまで

⇒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)

