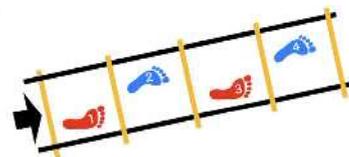


みんな元気！さがみはら

陽光台地区

みんな楽しく



コグニサイズ運動

参加者募集！

募集定員

申込み順 **20名**

☆☆☆脳とカラダの機能を効果的に向上させる☆☆☆
みんなで遊びながら認知症予防脳トレ運動で
楽しくストレス発散、笑いがいっぱい健康づくり ..
お友達も誘って参加してみませんか！

日時 **令和7年9月16日(火曜日)**

午前10時～午前11時30分 (受付開始 午前9時30分～)

【会場】

陽光台公民館

大会議室

【参加要件】

50歳以上の方

【講師】

健康づくり普及員

【参加費】

無料

【持ち物】

マスク・運動しやすい服装・汗ふきタオル・水分補給の飲物

【申込み】

令和7年8月5日(火)～9月13日(土) (9:00～17:00)

*但し8月25日(月)は除く

☎042-755-3451

陽光台公民館

主催 陽光台地区 健康づくり普及員協議会

