

### 認知症予防のためのイベント

15日(日)10:00-11:00  
11:30-12:30

#### 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

※約3か月毎に健康チェックを受けましょう。

講師：日本音楽療法学会認定音楽療法士  
國分由佳 氏

20日(金)14:00-14:50  
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☆

要予約

※約3か月毎に健康チェックを受けましょう。

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)13:00-14:00  
14:00-15:00

17日は、セルフ脳トレ紹介します！  
(15:00~15:30)

#### でん伝体操

予約不要

DVDを見ながらみんなで体操しましょう！

毎週(土) 9:30-10:30

※21日は実施しません。

#### 動画型 認知症・MCI予防プログラム

14日は、セルフ脳トレ紹介します！  
(終了後~11:00)  
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

★来場時には、飲み物・汗拭きタオルをご持参ください。

★来場は、開始15分前以降にお願いします。

11月22日(金)から 予約受付

⇒ かけこまち七間町  
(054-204-1541)

★予約後のキャンセルは、ご連絡をお願いします。

受付時間は9:00~18:00

(水・木・祝日・年末年始12/29~1/3は休み)

#### エンジョイタイム

マッチングゲーム・折り紙・塗り絵など、  
楽しみながら、認知症予防のために  
「セルフ脳トレ」を活用しましょう！  
※イベントのない時間ご利用できます。

#### おしらせ

予約不要

6日(金) 10:00~11:00

13日(金) 10:00~11:00

スタッフと一緒に  
季節の折り紙を楽しみましょう♡

※認知症の相談、  
脳の健康度チェック、  
認知症の疑似体験(VR体験)

も行っています。

お気軽にご相談ください。

(予約受付時間：9:30~17:00)

訪問も対応します！