

認知症予防のためのイベント

16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



21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

7日(金)14:00-15:00

回想サロン

懐かしい映像や品物を見ながら
思い出話に花を咲かせましょう

要予約

講師：公認心理士・言語聴覚士
海野智子 氏



9日(日)10:00-12:00

～MCIや認知症の本人と家族のつどい～ ボッチャ体験&交流会

ヨガで体をほぐし、
笑って楽しくボッチャ体験！
おしゃべりしましょう

要予約



毎週(火)13:00-14:00
14:00-15:00

4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

22日は、セルフ脳トレ紹介します！
(終了後～11:00)

特設型

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

★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。

1月20日(月)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・年末年始は休み)

◆◆エンジョイタイム◆◆

28日(金) 10:00～11:00

スタッフと一緒に、楽しみながら
脳トレゲームをしましょう♡

※マッチングゲーム、塗り絵等の「セルフ脳トレ」は、
イベントのない他の日時でもご利用できます。