

かけこまち七間町

R7年10月

認知症予防のためのイベント

10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



17日(金)10:00-11:00

～スタッフと一緒に～

エンジョイタイム



楽しみながら、折り紙や
脳トレゲームをしましょう♡

予約不要

※セルフ脳トレは、イベントのない他の日時に利用できます。

19日(日)10:30-11:40
13:00-14:10

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♪

講師：日本音楽療法学会認定音楽療法士 國分由佳 氏

要予約



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

24日(金)14:00-15:00

心と体にひと押しのご褒美

ツボを通してリラクゼーションの方法を学びスト
レスのない日常生活を過ごすことで認知症予防に
つながります

講師：看護師・セラピスト
リラクゼーションcill経営
池谷 千尋 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

26日(日)10:00-12:00

笑って、楽しく♪体を動かしリフレッシュ♪ お楽しみイベント & 交流会

軽度認知障害(MCI)や認知症の本人と
家族の交流会です

要予約

診断されて
いない人も
参加OK



9月20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



始めました！