

「脳活 E サロン」開催のお知らせ

脳活 E サロンでは、**あたまとからだ**を楽しく動かして活性化させるエクササイズを行います。
みなさんと話をしながら楽しく行うことで脳を活性化して、心も身体も元気に過ごしましょう。

日時 6月26日(木) 午後2時~3時

会場 保健福祉センター

講師 株式会社ルネサンス

小池克昌(こいけ かつまさ)先生

持ち物 上履き・タオル・飲み物

- ◆ 当日は、講師と会場をオンラインでつないで体操します。
- ◆ 参加年齢不問



おひとりでもお友達とご一緒でも、みなさんのご参加お待ちしております。

■問い合わせ■ 福祉健康課高齢福祉係

電話 2-5570

