

令和
7年度

あま市美和図書館

認知症予防講座

★6月20日(金)★7月11日(金)★8月15日(金)
★9月19日(金)★10月17日(金)★11月21日(金)
★12月19日(金)★1月16日(金)★2月20日(金)
★3月20日(金)

☆場所:あま市美和文化会館2階多目的ホール

☆時間:午前10時~11時 (アールスペースM)

☆申込不要 ☆参加費無料

一緒に認知症を予防していきましょう！
簡単な体操で体ほぐし、音読や早口言葉
で声出し、みんなでレクリエーションゲ
ームで笑い、楽しく脳トレ！筋トレ！し
て免疫力アップしましょう！

当日、文化会館2階多目的ホールへ直接お越しください。

動きやすい服装、靴で参加してくださいね。

水分補給の飲み物を持参ください。

490-1205 あま市花正地先1-1
TEL052-449-1070 (ご不明な点は館長まで)

