

# 介護予防教室開催のお知らせ

長野市地域包括支援センター 長野松代総合病院

7月の介護予防教室は、「認知症」がテーマです。

懐かしい遊びや、頭と体を使った体操を通して、認知症の予防や脳の活性化につなげましょう。

より多くの方の参加をお待ちしております。

日時	<b>7月10日(水)</b> <b>10:00~11:30</b>
場所	松代公民館 講義室 1
内容	<b>懐かしい遊びで認知症予防</b> ・思い出を話して脳を活性化させましょう。 ・遊びを通じて体を動かしましょう。  持ち物：筆記用具
講師	作業療法士 小林 みなみ (長野松代総合病院)

【お問い合わせ先】

**長野市地域包括支援センター 長野松代総合病院**

**電話:278-2058**

\* 駐車場は公民館に数台分ありますが、満車の場合は長野松代総合病院第3駐車場にお停めください。

\* 参加費は無料です。

