

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	7月24日(水) 10:00~11:30
場所	松代公民館 講義室 1
内容	家でもできる 認知症予防体操 ・頭と体を使った体操で、認知症を予防しましょう。 服装・持ち物： 動きやすい服装、タオル
講師	作業療法士 久保田 美咲 (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。

