

市内在住のおおむね 65 歳以上の方対象。無料・予約不要

令和 8 年度 曹源寺 認知症予防教室



日 時 第 3 月曜日 14:00~15:00 (受付は 13:30~)

4 月	20 日	10 月	19 日
5 月	18 日	11 月	16 日
6 月	15 日	12 月	21 日
7 月	※休み	1 月	18 日
8 月	17 日	2 月	15 日
9 月	※休み	3 月	15 日

会 場 曹源寺 観音堂 栄町内山 45 *駐車場あり

内 容 ①筋力トレーニング
②口腔体操
③脳トレーニング(ダンスを含む)
*座りバージョンもあります

持ち物 飲み物。動きやすい服装でお越しください。

問合せ 豊明市役所 長寿課 0562-92-1261

令和8年2月長寿課