

認知症予防に！

eスポーツ教室

eスポーツで健康づくり!!

楽しく脳と体を活性化しましょう

フレイル予防に！



休憩時間は
おしゃべりタイム

日 時

4月22日(火)

13:30~15:00



場 所

修立地区公民館 2階

講 師

健康ゲーム指導士（市社会福祉協議会職員）

内 容

「太鼓の達人」や「スポーツ」「ボウリング」などに挑戦します。

対 象

どなたでも（定員10名程度）

申込み

修立地区公民館（☎26-5914）