

はじまりました！

## 脳いきいき教室

「私、認知症かしら？」と不安になることはありませんか。その認知症を予防するのが脳いきいき教室です。この

とりくみは、

インストラクターを中心に地域に住む人が自分たちで運営する教室です。みんなで楽しく認知症予防のいろいろを学ぶことができます。

3月の健康づくりとくらしの交流会ではミニ脳いきいき教室を行います。興味のあるかたはぜひご参加ください。

詳細は後日医療とくらしでお知らせします。日時は以下です。



## 健康づくりとくらしの交流集会

「元気でいきいきまちづくり」をテーマに、体験を通して健康づくりとまちづくりを考える機会にしています。

日程：3月14日(土) 午前10時～午後4時

会場：すまいるハートビル2階 上飯田ワイワイルーム

■お問い合わせ 北医療生協事務局 TEL 052-914-4554

