

頭と身体を使って

高齢者向け講座

# 楽しい シニアライフを送ろう



平成29年  
9月7日(木)  
14:00~  
15:30

会場

南田中図書館  
2階会議室

認知症の原因や症状にまつわるセミナーをはじめ、簡単な運動と頭のトレーニングを組み合わせた、認知症予防のためのプログラムをご紹介します！

**講師** 井上 譲 (いのうえ・ゆずる (株)ベネッセスタイルケア 理学療法士  
国立長寿医療研究センター認定コグニサイズ指導者)

**対象** どなたでもご参加いただけます **定員** 30名/参加無料

**申込** 電話または南田中図書館カウンターにて受付