

令和7年度「頭と体の健康倶楽部」受講生募集！！

健康寿命を延ばし、ますます元気で過ごせるよう
一緒に楽習(学習)しませんか？

★活動内容

- ◎週1回、『音読』と簡単な『計算問題』の教材
『すうじ盤』や『軽い運動』と、サポーターさんとおしゃべりを楽しめます。
- ◎活動が無い日は、毎日10分程度でできる教材にご自宅で取り組んでいただきます。



★対象の方

- ◎概ね65歳以上で脳の活性化をはかりたい方
- ◎週1回の活動が可能な方

★会場・時期

・定員

どちらかの会場を
お選びください

◎**地域包括支援センター** : 令和7年8月20日～令和8年1月28日
毎週水曜日午前10時～11時30分
16名(先着順)(祝日と年末年始はお休みです)

◎**大山公民館** : 令和7年8月22日～令和8年1月30日
16名(先着順) 毎週金曜日午前10時～11時30分
(祝日と年末年始はお休みです)

詳しい日にちは裏面をご確認ください

★申し込み方法等 令和7年7月24日(木)までに

お名前・生年月日・ご住所・電話番号・希望の会場を

地域包括支援センターまでご連絡ください。

送迎も対応できます。必要な方は申込の時にその旨をお話してください。



地域包括支援センター 鈴木・本田・野地 ☎48-4850

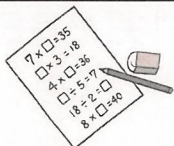
定員になり次第、申込を締め切ります。ご了承ください。

令和7年度『頭と体の健康倶楽部』活動予定

地域包括支援センター
(定員 16 名)

全て水曜日の午前 10 時～11 時 30 分
全部で23回です

8月				20日 開講式	27日
9月	3日	10日	17日	24日	
10月	1日	8日	14日	22日	29日
11月		5日	12日	19日	26日
12月	3日	10日	17日	24日	
1月		7日	14日	21日	28日 修了式



どちらかの会場をお選びください



大山公民館(1 階ホール)
(定員 16 名)

全て金曜日の午前 10 時～11 時 30 分
全部で23回です

8月				22日 開講式	29日
9月	5日	12日	19日	26日	
10月	3日	10日	17日	24日	31日
11月		7日	14日	21日	28日
12月	5日	12日	19日	26日	
1月		9日	16日	23日	30日 修了式

申込み・お問い合わせ : 大玉村地域包括支援センター **電話48-4850**