

回覧

令和6年度

いきいきワクワク 脳の活性化！！

みなかみ町介護予防セミナー

どんな内容なの？



人生100年時代！ 脳の若返りを目指しましょう♪

人生100年時代に備えて、自分の介護予防や元気づくり、地域の活性化につながるセミナーを開催します。

話を聞くだけではなく、令和5年度からみなかみ町で実施している『脳若トレーニング』にも楽しみながら挑戦し、脳の活性化体験をしていただきます。

開催詳細

- 日程：令和6年11月29日（金）
- 時間：15:15～17:15（15:00 受付開始）
- 会場：みなかみ町保健福祉センター
- 内容：認知症とは・人生のステージ・町の取り組み・脳若トレーニングに挑戦！
- 対象：みなかみ町在住の方 50名（年代は問いません）
- 費用：無料
- ◆ 持ち物：筆記用具・眼鏡（必要な方）・飲み物



申し込み・問い合わせ先

● 11月22日（金）までに電話または二次元バーコードにて申込

みなかみ町役場町民福祉課

電話 25-5012

右下の

