

B × B ト レ ! ?

ドリル**学習**と簡単な**体操**で脳を活性化！認知症を予防しよう！Brain
Body

港区元気づくり事業

頭とからだの健康教室

参加申込受付中！

<開催日>

平成30年10月4日～平成30年3月28日**毎週木曜日（全24回）**

[Aコース] 14:00～15:00（ドリル30分＋体操30分）

[Bコース] 14:30～15:30（体操30分＋ドリル30分）

<申込期間> **9月1日(土)～11日(火)**

<対象> 65歳以上で港区在住の方

<定員> 各コース16名（申込多数の場合は初めての方優先＋抽選）

<参加費> 無料

●持ち物

動きやすい服装・履きなれた運動靴(外靴で可)
タオル・飲み物・筆記用具

※お申込み・お問合せ

神明いきいきプラザ4階（☎03-3436-2500 港区浜松町1-6-7）