

フレイル予防教室

身体を動かしながら
楽しくできる脳トレを
リハビリの専門職が指導します！



脳トレ難しいけど
みんなでやるので
おもしろかった。

だんだん
難しくなるけど、
間違っても
脳の活性化になることが
分かって安心した。



間違っても大丈夫!!
脳トレのポイントは、
笑い合いながら楽しく
行うことです!!

今後脳トレのある教室

- ・諫早図書館
- ・田結公民館
- ・森山公民館

他10か所



満員の会場も
あります。
詳しくは
お問い合わせを！



【お問い合わせ先】
諫早市地域包括ケア推進課
TEL:22-1500
(内線77-118・77-119)

詳細はこちら



諫早市高齢者
ささえあいネット