

にぎやかサロン

～高齢者が楽しむ集いの場～

由美先生のナビゲートで手と頭をフルに使った脳トレ体操。
手先を使った袋詰めなどの軽作業（地域貢献）や
ボードゲーム（あそび）などでリフレッシュしましょう！
申込み不要です。気軽にご参加ください。

10月のプログラム



ねもと地域力の皆さんと楽しくおしゃべりしながら
袋詰め作業。または、モザイクタイルを使った
ボードゲームに挑戦しませんか。両方体験しても
OKです！

前半：脳トレ体操

後半：軽作業またはボードゲーム

日時 10月16日(水)10時～11時30分

会場 根本交流センター小ホール

申込み 受付中