コグニサイズで健康長寿

～春～

軽い運動と脳トレの要素を組み合わせることで、認知機能の維持や向上効果が期待されるコグニサイズ。間違えることが前提です。皆で一緒に笑って楽しい時間を過ごしましょう。

日　時　4/10・4/24・5/22・6/26
　　10時00分～11時30分　（全4回・水曜日）
場　所　精華交流センター　大ホール
講　師　深尾 由美さん
定　員　20名
参加費　2,000円
持ち物　飲み物・タオル

申込み　2月10日（土）9時～窓口、10時～お電話にて
問合せ　精華交流センター　TEL　25-1533