

ゆめまちの認知症予防教室

高齢になると複数の持病を抱え、薬の種類や量が増えがちです。薬の飲み忘れや自己判断での中止等が多いことから、薬との上手な付き合い方を一緒に学びましょう。さらに、自宅でもできる認知症予防体操を学び、いきいきとした生活を送りましょう！

第6回目のテーマ

「薬との上手な付き合い方」と「認知症予防の体操と脳トレ」

日 時：平成29年7月27日（木）
午前10時～12時



場 所：小山市城南市民交流センター ゆめまち

持ち物：上履き・飲み物

定 員：35名程度

申し込み：下記連絡先にお電話で
お申し込みください



今後の予定：9月28日（木） 11月30日（木）
（時間はいずれも午前10時～12時です）



小山市の健康づくり
キャラクター Pちゃん

ご希望の方には
「開運おやま健康
マイレージ」のポイント
カード、ポイントシールを
お渡します。

【申込み・問い合わせ】

高齢者サポートセンター小山総合
電話：0285-31-0211

（主催） あさひコミュニティ推進協議会