令和６年度　広島市高齢者いきいき活動ポイント事業対象

令和６年度

なかごうサロン

介護や認知症など、素朴な疑問やこれからのこと、皆さんで気軽に話し合えるきっかけにしてみませんか
ちょっとしたお役立ち情報や楽しい体操などを行います。
お気軽にお立ち寄りください

	日　程	内　容
1	**６月　15 日（土）** 14：00～15：30	『お薬』の話 講師：サンケイ薬局八幡店 薬剤師　　宗重　知恵子氏 脳トレ～楽しく脳を活性化しよう～
2	**９月　21 日（土）** 14：00～15：30	『運動』の話 講師：和光整形外科クリニック 理学療法士　佐藤　誠亮氏 脳トレ～楽しく脳を活性化しよう～
3	**12 月　21 日（土）** 14：00～15：30	『健康づくり』の話 講師：三和地域包括支援センター職員 脳トレ～楽しく脳を活性化しよう～
4	**３月　15 日（土）** 14：00～15：30	『栄養』の話『栄養』の話 講師：石内慈光園 管理栄養士　小笠原　直子氏 脳トレ～楽しく脳を活性化しよう～

【参加費】200 円（コーヒー代など）

【申し込み・問い合わせ】
デイサービスなかごう
住所：上河内 721-1
電話：208-3315

※感染症等の状況により内容の変更又は中止となる場合があります