

小糸南の風はあたたかい

小糸南自治会のお知らせ

令和元年第3回目「こんにちは！藤沢塾です」開催案内

小糸南交流ネット 代表 黒田治久（8ブロック）
担当 矢光信明（5ブロック）
小糸南倶楽部 代表 岡田 敦（2ブロック）
南糸会 代表 生方直子（2ブロック）

認知症について理解を深め、日常生活の過ごし方についての講義や認知症予防に効果があるといわれている簡単な運動について体験します。

- テーマ 65歳からの健康づくり
「認知症予防のためのコグニサイズ」
～介護予防への取り組みは元気なうちから～
- 開催日時 8月29日（木）14：00～16：00
- 会場 自治会館ホール
- 講師 藤沢YMCA

