

コグニサイズ

介護されない脳とからだ作り



／楽しく／



体

と

脳

を同時に鍛える！

日時：令和7年9月30日(火)
10:00-11:30

会場：新子安地域ケアプラザ
多目的ホール

講師：公益財団法人 かながわ健康財団
茂木 潤一氏

持ち物：タオル・飲み物・室内履き

お問い合わせ 申し込みは8月25日(月)～開始

新子安地域ケアプラザ ☎045-423-1701