



ご参加ください

横浜市浦舟地域ケアプラザ

参加費  
無料

# ボランティアスキルアップ研修

## 「3A(スリーエー)を学ぼう！」

3Aとは、認知症予防でとても大事な「明るく」「頭を使って」「諦めない」の頭文字の3つの“A”から名付けられた名称です。たくさん笑って、たくさん脳を使って、良好な状態を持続していきましょう！



日時: **1月31日(月)**  
**13:30~15:00**



場所: 浦舟地域ケアプラザ 多目的ホール

対象者: 地域でボランティア活動を行っている方

講師: かたつむりの会

田村加代子元保健師 保母恵保健師

定員: 20名



\*飲み物、ご持参下さい。  
\*感染予防のためのマスク着用をお願い致します。

申込み・問い合わせは  
浦舟地域ケアプラザ 地域包括支援センター  
☎261-3315 【担当】加山・山本