

# いきいき脳活教室

脳に刺激を与えるボードゲームなど複数人で楽しめるゲームを多く用意しています。

頭を使うことでより脳を活性化させ、楽しく話しながら認知症を予防しましょう！



【開催日】 毎月2回実施予定。

日程は、メルシ店内に掲示します。

※感染症の蔓延状況により中止・変更の場合があります。

【時 間】 午後1時30分～3時

【場 所】 ショッピングセンター メルシ

【内 容】 ・フレイル予防について

(ミニ体操、筋力測定、栄養の話など)

・ボードゲーム等をしながら、楽しく過ごそう

【参加対象】 おおむね65歳以上の人

お気軽に  
ご参加  
ください！



フレイル  
サポーター  
活躍中！

【問合せ】 越前町地域包括支援センター

☎ 34-8729