

## 12月 メモリー教室(認知症予防教室)予定表

- ・場 所： IYO夢みらい館(会議室は予定表に記載)
- ・時 間： AM10:00～11:30
- ・参加費： 300円 (※別途料金が必要な場合があります)
- ・持参物： マスク、筆記用具、水、タオル、上履き

	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
AM					スマホ教室 (101 202)		
PM							
	6	7	8	9	10		12
AM					のどトレ (201)		
PM							
	13	14	15	16	17	18	19
AM					音楽トレ (202)		
PM							
	20	21	22	23	24		26
AM					ウォーキング (多目的室)		
PM							
	27	28	29	30	31		
AM							
PM							

フェイスガード  
持参  
100円で販売有

上履き持参  
施設利用料  
+200円

ストレッチ・認知症予防体操・コグニサイズ・脳トレは、毎回実施します。

**参加希望者は、事前にご連絡ください**

NPO法人えひめ認知症予防クラブ  
〒799-3111 愛媛県伊予市下吾川1655-2  
tel: 089-904-5706  
fax: 089-916-9547  
e-mail: support@e-ninchiyobo.org  
<http://e-ninchiyobo.org>



認知症予防教室の予定はホームページに掲載しています