

2019年 上半期

講座のご案内

- 4/18 (木) 春に抹茶を楽しみましょう
- 5/16 (木) イチゴ大福を作ろう
- 6/20 (木) 簡単にできる●●健口体操
- 7/18 (木) 簡単健康法 笑いヨガ
- 8/15 (木) 気持ち明るく 若返りネイル
- 9/19 (木) 座ったままできる健康体操

※都合により内容が変更になる場合があります。
ご了承ください。

認知症の方の社会参加や、そのご家族の介護の息抜きにも…。
認知症に興味のある方なら、どなたでも大歓迎です。

講座以外の時間は、のんびりと
おしゃべりを楽しんでいただけます。
コーヒーやお菓子を用意して
お待ちしておりますので、
ぜひお気軽にお越しください。

