



脳がよろこぶ 健康講座



主催：東西町地域振興協議会 福祉部

脳の機能低下は誰にでも生じる問題です。

毎日同じことの繰り返し、人との会話も少なくなっているという方は要注意!!

この講座では、参加者同士の交流を通じて、脳の活性化を図ります。

からだと頭を使った運動・ストレッチ・ゲームを通して、楽しく脳の若返りをしましょう!

ご家族、ご近所お誘い合わせのうえ、どうぞお気軽にご参加ください。

日時：令和 7年 7月 5日(土)
13:30~15:00(受付13:00~)

場所：東西町コミュニティセンター

講師：櫻井 直人 氏

YMCA米子医療福祉専門学校 作業療法士

動きやすい服装で、
水分補給のための飲み物
をお持ちください

【問い合わせ先】

東西町地域振興協議会

南部町健康対策課 保健師畑岡

(電話 66-4724)

(電話 66-5524)

