

認知症予防に取り組みませんか？

毎月
第2金曜日に
開催です！

るるるカフェ

認知症の予防法に
ついて知りたい

人との交流を
持ちたい

専門家に悩みを
聞いてもらいたい

9月11日(金) 10:00~11:30

当日のスケジュール

- 10:00～ 歩き方教室・筋力チェック
- 11:00～ 飲み物を飲みながら皆さんで交流会・個別相談

株式会社「明治」の方に、健康寿命延伸のためのアドバイスをいただきます！

会場：むべの里ティサービスセンター小羽山

※裏面に拡大図あり

※駐車場が狭いので乗り合わせでお越しください

参加費：100円(飲み物・お菓子代)

お問い合わせ：宇部市中部第1地域包括支援センター

0836-43-9551(担当：広中)

