



# やるっぴ! 脳とカラダのいき活き教室



みんなでわいわい楽しみながら、認知症予防体操や運動ができる教室です。脳を活性化して認知症を予防し、適度な運動でいつまでも元気に過ごせるカラダを保ちましょう!

**【講師】** 第1会場：介護予防リーダー 小川 芳恵 氏、坂場 三枝子 氏  
第2会場：介護予防リーダー 鈴木 はる子 氏

## 【場所・日時】

第1会場 中央公民館 講堂 水曜日・午後コース 下記日程の午後1時30分～2時30分

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回
10月3日	10月17日	11月7日	11月21日	12月5日	12月19日
第7回	第8回	第9回	第10回	第11回	第12回
1月16日	1月30日	2月6日	2月20日	3月6日	3月20日

第2会場 老人福祉センター 火曜日・午前コース 下記日程の午前10時～11時

第1回	第2回	第3回	第4回	第5回	第6回
10月9日	10月23日	11月13日	11月27日	12月11日	12月25日
第7回	第8回	第9回	第10回	第11回	第12回
1月8日	1月22日	2月12日	2月26日	3月12日	3月26日

**【対象者】** 知立市内在住の65歳以上の方  
**【定員】** 第1会場：40名 第2会場：25名  
**【参加費】** 無料

**【持ち物】** 水分補給ができる飲み物、汗拭きタオル  
※運動靴、運動ができる服装でご参加ください。

**【申込方法】** ①または②のいずれかの方法でお申し込みください。  
①ハガキに必要事項を記入し、下記の申込先に送付する。  
②下記の申込先の窓口で、必要事項を職員に伝える。

**必要事項：郵便番号、住所、氏名(ふりがな)、電話番号(固定・携帯)、希望する会場**

**【申込期間】** 平成30年9月10日(月)当日消印有効(窓口申し込みは9日(日)まで)  
※申込期間終了時点で募集定員を超える場合は抽選となります。抽選の結果については申込者全員にハガキにて通知いたします。

**【申込・問い合わせ】** 知立市老人福祉センター 電話 55-1804  
〒472-0023 知立市西町草刈10-5(知立市福祉体育館内)



**福祉・介護に関するご相談は、お気軽に下記へどうぞ**



知立市地域包括支援センター

【ハツ田町泉43】 82-8855

ヴィラトピア知立在宅介護支援センター

【山屋敷町富士塚1-336】 83-2022

知立市在宅介護支援センター(知立老人保健施設内)

【新林町北林44】 81-8880

在宅介護支援センターほほえみの里

【昭和2-4-3】 85-2532