

10月22日(火) 13:30~14:45

# Let's スマイル

~脳活性レクで大いに笑って免疫力アップ~

前半

脳活!



脳トレ!

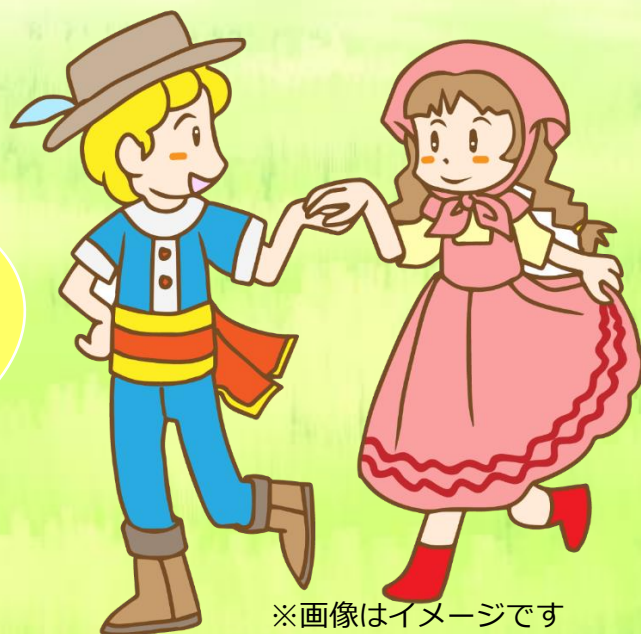


後半

10月のテーマは…

## 『フォークダンス』

に沿って



※画像はイメージです

一緒に楽しく  
レクリエーション  
しましょう♪

### レクリエーションプログラム

《前半》

- \*脳トレ指体操
- \*お手玉遊び
- \*脳を使ったお遊び

…などなど

《後半》

- \*リズムに合わせてLet'sステップ

【参加費】 300円

【対象】 60歳以上区内在住の方

【場所】 文京福祉センター湯島 洋室

【定員】 先着14名

※当日30分前から先着受付いたします

【持ち物】 タオル・上履き

水分補給用飲み物

【服装】 動きやすい恰好

【インストラクター】 服部孝美

文京福祉センター湯島

文京区本郷3-10-18

03-3814-9245

