

11月26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!

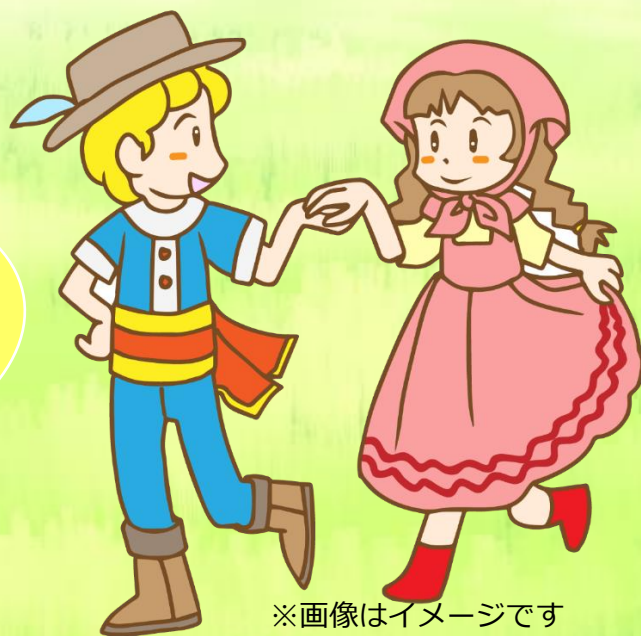


後半

11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

