

12月24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~

12月のテーマは…

前半

脳活!

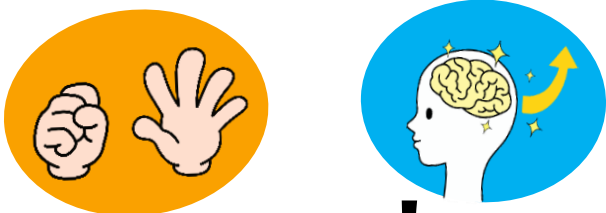
『マツケンサンバを

後半

踊ろう!』

に沿って

※画像はイメージです



脳トレ!



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

