

令和8年度

# 『脳トシ教室～たんぽぽ～』のご案内

思わず笑ってしまう、楽しい脳活性化ゲームを取り入れた介護予防教室を開催いたします。

毎月電話での事前受付をいたします。〈受付は実施月の1日～15日（土、日、祝除く）午前10時00分～午後5時00分〉受付定員になり次第受付を締め切らせていただきますのでご了承ください。

ご参加にあたってはご自宅での検温をお願いいたします。37.5℃以上の方や微熱を含む体調不良の方はご参加いただけません。

またマスクの着用、手洗いまたは手指の消毒をお願いいたします。

講師 日野 真代 先生

対象者：65歳以上の方はどなたでも参加できます。

（事前予約制 先着30名定員です）

内容：どなたでもできるゲームや頭の体操  
※動きやすい服装でお越しください。

費用：無料

持ち物：飲み物、タオル、マスク

※当日、微熱または体調不良の場合は参加をご遠慮ください。

※駐車場はございませんので、お車でのご来場はご遠慮ください。

※履き間違い、盗難防止のため、靴の自己管理をお願いいたします。

## 小倉デイホーム(小倉小学校北校舎2階)介護者教育室

4月	23日(木)	午前10時30分～12時
5月	28日(木)	午前10時30分～12時
6月	25日(木)	午前10時30分～12時
7月	23日(木)	午前10時30分～12時
8月	27日(木)	午前10時30分～12時
9月	24日(木)	午前10時30分～12時
10月	22日(木)	午前10時30分～12時
11月	26日(木)	午前10時30分～12時
12月	24日(木)	午前10時30分～12時
1月	28日(木)	午前10時30分～12時
2月	25日(木)	午前10時30分～12時
3月	25日(木)	午前10時30分～12時

お申し込み・お問い合わせ：北宇治地域包括支援センターまで 電話：21-8123

ご参加お待ちしております♪