



天神山通信

令和5年2月号



趣味講座 & 認知症予防教室

次年度参加者の募集を行いました



R5年度趣味講座
公開抽選会の様子

たくさんのお申込み
ありがとうございました！

4月から始まる趣味講座と上半期
認知症予防教室の参加者募集を行
いました。

趣味講座については、休止中の
講座の復活や新しい講座もあり、
より多くの方からのお申し込みを
いただきました。予防教室につい
ては、初めて申し込まれる方も多
くいらっしゃいました。

レッツ！コグニサイズ

転倒予防や認知症予防にもつ
ながる、マットを使ったステッ
プ運動を行いました。一見簡単
そうだけど…実際にやってみる
と結構難しい！

参加者の皆さんからは、「頭
も体も使うとこんがらがっちゃ
う！」「難しいけど楽しい！」
というお声がありました。



参加した皆さんと一緒に
「はい！チーズ！」



編集後記

少しずつ来年度のことが決まってきましたね。
春が待ち遠しいとともに、もう2月が終わってしま
うのかと時の流れの速さに驚いています。暖かい
日も増えてきましたが、まだまだ朝晩の寒暖差も
大きいので、皆さまどうぞご自愛ください。

