

コグニサイズをやってみよう

運動で

認知症予防

頭と体を  
同時に使う



新吉田地域ケアプラザ  
キャラクター  
「ニコニコっち」



元気のキーワードは  
「人とのつながり」

参加費  
無料

毎日  
行くところがある！  
やることがある！

日程

令和6年10月29日(火)  
14:00～15:30

会場

J A 横浜 新田支店 2階 会議室  
横浜市港北区新吉田東8-4-10

定員

25名 申し込み受付開始10月1日(火) 9:00～

講師

大泉 一洋 新吉田地域ケアプラザ デイサービス 生活相談員  
コグニサイズを教える研修会(指導者研修) 終了

その他

水分補給用飲み物を持参のうえ、動きやすい服装でお越しく下さい。  
会場への入り口は店舗入り口とは異なります。ご注意ください！

会場入り口



J A 横浜  
新田支店

至高田

至新横浜

お申込み  
お問合せ

新吉田地域ケアプラザ 担当 小川

TEL: 045-592-2151 横浜市港北区新吉田町6001-6