

## 脳活サークル3月定例会

### 散歩で脳活：会員の発表と雑談会

今まで学んだことを振り返り、今後に生かすこと。

今までのことなど参考にして、自分自身の脳と体の活性化を如何に進めていくか、又実際にどのような経験を積むことができているかなど検証していく。

1. 日時：3月28日（月） 13時30分から
2. 場所：こどもと福祉の未来館・多目的室2号室
3. 発表者：加曾利 （大湊さん・安田さんの話）

（内容） 60分

- ① 脳活サークルの軌跡
- ② 脳と体の改善（一十百千万の法則）
- ③ 散歩は歩くことではない
- ④ 散歩で出会う動物・鳥・昆虫など
- ⑤ 写真で見る特別な所沢周辺

（大湊さんの話） 15分

「認知症の人と生活して思うこと」

（雑談会） 45分

4. 申込み：メールに返信又はTEL：本橋：090-5573-3746  
薄井：2945-2660 加曾利：2939-2308



散歩中の明と暗

