

松井まちづくりセンター主催事業

催行：所沢市シルバー人材センターフレイル予防対策事業部

「脳の健康講座&フレイル予防」講習会

日時：11月17日(日)9時30分開演

会場：松井公民館1階ホール

受付は9時か

次第

- 1、オープニング：スマイルパイレーツ（ところざわ倶楽部）
- 2、主催者挨拶及び来賓挨拶
- 3、「脳の健康講座」増川信行（埼玉県認知症ケア専門士会会長）
- 4、フレイル予防プログラム（シルバーフレイル予防サポーター）
- 5、笑いの効果（会場全員で笑い） 12時閉会予定

先着 100 様

申込：☎ 090-5412-5760(佐藤)・04-2994-1222(松井公民館)



昨年スマイルパイレーツ



昨年「脳の健康講座」



昨年「フレイル予防」

いっしょういちじゃく いちどいちろう
一笑一若・一怒一老

♡♡ところざわ倶楽部の皆様のご参加お待ちしております♡♡