

須田地区の皆様、須田地区以外の皆様へ  
お茶飲み処 うらすだ

令和8年4月25日(土)より 毎月第4土曜日開催決定!!

年齢は関係なく、どなたでも参加自由です!!  
お茶を飲み、お菓子を食べながら会話をして  
ゲームや体操で体を動かして楽しみましょう

期日:4月25日(土) 4月より毎月第4土曜日に開催

時間:13:00~15:00

会場:須田コミセン(研修室)

内容:

- ・機能訓練体操、集団・個人のレクリエーション、ゲーム、脳トレ
- ・勉強会(認知症について、ヒートショックについて、高血圧とは、脱水症状、転倒予防、防災についてなど)

※当日は毎月「テーマ」を決めて資料を配布し皆さんと一緒に「テーマ」に沿った勉強会を開催します。

4月のお茶飲み処 うらすだ テーマは「認知症と物忘れの違い」について

問い合わせ 須田コミュニティセンター 53-3121

お茶飲み処 うらすだ 代表 清水 義明

TEL 53-1791 携帯 090-5558-5590

