

ゆめまちの認知症予防教室

栃木SC（サッカークラブ）のフィットネストレーナーより認知症や筋力低下を予防する運動を学び、さらにお口のプロフェッショナルである 歯科衛生士より、お口の若返りの秘訣を学び、いきいきした毎日を送りましょう。

第8回目のテーマ

『からだとお口の若返りで認知症予防』



日 時：平成29年11月24日（金）

13：30～15：30

場 所：小山市コミュニティセンター（ゆめまち）

持 ち 物：上履き・飲み物

定 員：35名程度

申し込み：下記連絡先にお電話で

お申し込みください

お口の中はいつも
清潔に！



ご参加お待ちしています！

。

。

。



ご希望の方には
「開運おやま健康
マイレージ」のポイント
カード、ポイントシールを
お渡します。

【申込み・問い合わせ】

高齢者サポートセンター小山総合
電話：0285-31-0211

小山市の健康づくり
キャラクター Pちゃん

（主催） あさひコミュニティ推進協議会