

# シニアのための 脳トレ・ 健康リズム体操

3月15日(日) 10:00~11:30

22日(日) 13:00~14:30

25日(水) ①10:00~11:30  
②13:00~14:30

**対象** 60歳以上の方

**料金** 各回500円

**定員** 各回先着10名

**持物** タオル・筆記用具・水分  
動きやすい服装

**会場** 大津公民館

**講師** 水谷真知子/シルバーサポートてとて  
介護支援専門員・介護福祉士  
トータル心理カウンセラー

**申し込み** 大津公民館 窓口/  
電話 077-526-2666

**受付開始** 3月1日(日)10:00~



## 「こんな方におすすめ」



- 頭を使うことが好き
- 集中力を上げたい
- 最近物忘れが気になる……
- 気分をすっきりさせたい！

お申込み  
お問合せ

大津公民館  
077-526-2666

主催 | 大津公民館

〒520-0042滋賀県大津市島の関14番1号 FAX:077-525-1788  
休館日／月曜日・祝日・月曜日が祝日の場合は翌開館日、年末年始（12月29日～1月3日）  
受付時間／9:00～21:00 \*日曜日は17:00閉館  
指定管理者：株式会社ケイミックスパブリックビジネス <https://www.otsu-kaikan.jp>

▽公式HP▽

