

みんなで楽しく



令和8年9月開講

脳トレ講座

みんなで笑って、おしゃべりして、脳が若返る！いきいきライフ塾

脳トレは一人でやるより、みんなでやる方が効果的
ゲーム感覚のワークで自然と笑顔が生まれ、
コミュニケーションも活発になります
“楽しく続けられる脳活”を一緒に始めましょう

🌸 講師：はまゆう咲。

(稲沢市シルバー人材センター会員)

ゆる体操インストラクター、ラジオ体操指導者、
認知症予防音楽ケア体操指導者、学習療法士



主な内容

- ・ クイズ
- ・ コミュニケーションゲーム
- ・ BB体操
※Body(体)&Brain(脳)を鍛える
体操レッスン
- ・ 想起トレーニング
- ・ 回想法 など



公益 稲沢市シルバー人材センター
社団法人

センター本所 ◀◀◀ こちらの開催です！ 祖父江支所

〒492-8219
稲沢市稲葉三丁目11番8号

TEL (0587) 21-9130
FAX (0587) 21-3214

〒495-0031
祖父江町上牧下川田454番地
(祖父江生涯学習センター内)
TEL (0587) 97-8306
FAX (0587) 98-1550

●開講場所・日程・時間・アクセス

開講場所	日程	時間
センター本所 (稲葉3丁目11番8号) 	令和8年9～12月の 第3金曜日 (毎月1回)	10:00～11:00
✳️自転車でお越しの方 センター北側の駐輪場をご利用ください。 ✳️公共交通機関でお越しの方 名鉄本線国府宮駅より徒歩15分 コミュニティバス下津・稲沢線 中本町下車 ✳️お車でお越しの方 センター西側の駐車場をご利用ください。		

●受講料

500円/月(入会金なし)

●持ち物

無し

●お申込み方法

下記の申込書にご記入の上、センターまでご持参又は
FAX(0587-21-3214)で送信ください。

応募者多数(定員13人)の場合は先着順といたします。

脳トレ講座申込書

(公社)稲沢市シルバー人材センター宛

申込年月日：令和 年 月 日

お名前：_____

会員番号(会員のみ)：_____

ご住所：_____

電話番号：_____

受講場所： センター本所 のみ

交通手段： 徒歩 ・ 自転車 ・ バス ・ 車