

本牧原地域ケアプラザ

認知症になっても安心して暮らせる街へ

脳イキキ教室

公公式学習療法で脳を活性化させます

毎週木曜日

(参加費 2,500円/月)

① 10:00~
10:40

② 10:40~
11:20



シニアリトミック

前頭葉の機能と身体を音楽で活性化します♪

毎月第4月曜日

(参加費200円/回)

13:30~14:30



健脳体操

脳に刺激を与えながら、日常生活に必要な筋力を鍛えます

毎月第2・第4
木曜日

(参加費 200円/回)

① 13:00~
14:00

② 14:15~
15:15



グリーンリーフ

介護している方たちの集いの場です。日頃の思いを語りませんか？

毎月第2金曜日

(参加費無料)

13:00~15:00



サロン潮風

歌や脳トレなど月替わりで楽しいプログラムを実施しています

毎月第1木曜日

(参加費 無料)

13:00~14:00

※内容により一部
参加費あり



立寄処 ひだまり

傾聴ボランティアさんと一緒に色々お話ししましょう!!

毎月第4月曜日

(参加費 無料)

11:00~12:00

