

★土曜日開催★

コグニサイズ

& カレー作り



頭をつかう認知課題
コグニション

体をつかう運動課題
エクササイズ

頭と体をつかう複合課題

コグニサイズ

日時

令和5年4月22日(土)

8:40~ 送迎(迎え)

9:45~ 入浴

10:15~ カレー作り開始

10:30~ コグニサイズ1回目

11:20~ コグニサイズ2回目

12:30~ 送迎(送り)



コグニサイズで頭と体をイキイキ元気!

その後、カレーを作ってわいわい食べましょう♪

※スケジュールについては変更あり(別途お茶代220円引落)

※参加希望の方はお申込み用紙をご提出ください。お問合せは『伊藤』まで

笑美の桜

さいたま市岩槻区馬込1330-1

☎ 048-793-4517④