

認知症カフェ開設記念講演

参加型講演会

講師と一緒に声を出して体を動かして、こころとからだを元気にしましょう！



テーマ

笑いヨガでこころと
からだ元気！

講師 大川実音吏氏

講師プロフィール
ぎふ笑いヨガクラブ代表
ヒーリングアルパ奏者幸せ講座講師
FMラジオパーソナリティー
ラフターヨガティーチャー
ラフターアンバサダー
ほめ達認定講師
ピアノハーブヴォイトレ講師

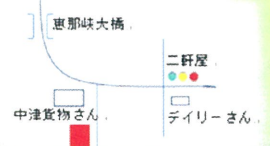
日時

令和元年 10月23日(水)
13:30~15:00

場所

ぎふ村地域支え合いセンター
中津川市茄子川 112-163

参加費 無料



免疫力アップ
笑いは元気の薬
笑いで健康長寿
NK細胞活性化(がん予防)
認知症・うつ病予防



笑う人は笑わない人に
比べ7年長生き！

講演参加ご希望の方は下記までお電話 FAX にて申込み下さい

『支え合いカフェ』始めました

ぎふ村地域支え合いセンターでは、毎月認知症カフェ『支え合いカフェ』を開催致します。

地域の方々が認知症の知識や予防法を学んだり、専門職が認知症を抱えるご本人、ご家族の相談をお受けします。

ぎふ村喫茶室でコーヒーを飲みながら気軽に集いお話をしてみませんか！

認知症の予防もテーマとしていきますのでどなたでもお気軽に参加下さい！

開催日 毎月第4水曜日
13:30~15:00

参加費 飲み物代のみ



カフェ月別開催テーマ
11月:コグニサイズ(認知症予防エクササイズ)
12月:整膚・化粧品
1月:ハンドメイド教室
2月:からだのバランスチェック
3月:回想法

カフェ参加お申込み、お問い合わせはこちらへ



0573-68-5211

FAX 0573-67-9915

NPO法人ぎふ村