

令和4年度



# ルピア脳トレクラブ生き生き

ミニ講座で身体も  
頭もフル活動！！

みんなで楽しく  
脳トレしましょ！  
お友達もできますよ♪

脳トレ行こ行こ！

参加無料  
申し込み不要



ショッピングプラザ・ルピアで「脳トレクラブ<sup>いきいき</sup>生き生き」を行っています。  
簡単な計算や間違い探しをはじめ、ミニ講座もあります。  
一緒に楽しい時間を過ごしましょう！！

場所:ショッピングプラザ・ルピア 1階

時間:13時30分～14時40分(ミニ講座 14時～14時40分)

ミニ講座の講師

4月12日(火)	フィットネスインストラクター	尾崎 ひとみ 先生
5月10日(火)	小松島病院 理学療法士	上田 朋子 先生
6月14日(火)	フィットネスインストラクター	尾崎 ひとみ 先生
7月12日(火)	小松島病院 理学療法士	平塚 千萌 先生
8月 9日(火)	フィットネスインストラクター	尾崎 ひとみ 先生
9月13日(火)	フィットネスアドバイザー	平松 佐知子 先生

※ ミニ講座は講師、内容が変更になる場合があります。  
気象警報発令時の荒天時は教室を中止させていただきます。

お問い合わせ先

小松島市社会福祉協議会  
地域包括支援センター  
電話:0885-33-4040