

# 宇佐市認知症予防教室だより



H.29 6月号

宇佐市で行われている認知症予防教室！！  
市内20会場で活動をしています。



## 長洲認知症予防教室

毎月第1週目は塗り絵の日。展示パネルを作成し、公民館で展示会を行っています。



暑い季節になってきました。  
普段から、水分補給はこまめに行いましょう。  
のどが渴いたと感じる前に水分補給を・・・！



## 東宮認知症予防教室

事前に立てた計画を、活動前に確認し初めての料理プログラムに挑戦しました。



## 原口なかよし会

1000ピースのパズルはまだまだ苦戦中!! コツコツと完成に近づいています。  
折り紙での駒づくりにも挑戦しました。



つなげよう! 元気の輪!! 体操交流大会2017



つなげよう! 元気の輪!! 体操交流大会2017  
が今年も開催されました。

今年は17教室、184の方が参加をしました。  
♪のびのび・らんらん体操♪  
♪上を向いて歩こう♪  
♪365歩のマーチ♪ を発表!

認知症予防教室以外の方との交流も行い、とても良い一日となりました。

来年の発表に向けて、また一年

