

# いきいき脳トレ 音楽体操

音楽・体操・脳トレなど同時に二つ以上の行動で認知機能、リラックス効果アップ。  
医学的にも証明されているメソッドを用いて懐かしい歌を歌いながらの脳トレや、  
音楽の波に乗って楽しみながら体を動かし脳を活性化させましょう。

◆受講日 **第2・4週火曜日**  
**13:00~14:00**

◆講師 **認知症予防音楽体操講師**  
**麻生 いづみ**

◆受講料 **11,880円(税込・3ヵ月分)**

◆持ち物 **身体を動かしやすい服装、  
室内シューズ**



## TRY!おためし講座体験 (登録料不要)

日時 **6月22日(火)**  
**13:00~14:00**

参加費 **1,980円(税込)**

持ち物 **身体を動かしやすい服装、室内シューズ**

お電話で予約のうえ、登録料550円(税込・初回のみ。中日文化センター会員の方は不要)と受講料を添えてお申込下さい。



豊田 **中日文化センター**

〒471-0034 豊田市小坂本町1-25 豊田産業文化センター5階  
Tel 0120-98-2841

www.chunichi-culture.com

受付時間 午前9時30分~午後6時30分まで (月曜定休、日曜日は正午まで)



facebookはじめました。  
いいね！をお願いします！！