



第6回介護予防教室のご案内

私たちにできる認知症の予防とは何でしょうか？認知症を予防するためには食生活の改善が大切です。身近な食材を使って、毎日の食べものを少し意識するだけで、脳の老化を防ぐことができます。この機会に、脳を活性化させるための食事について学びませんか？

❖日 時：平成30年3月13日（火）

13：30～15：00

❖場 所：三日月文化センター3階
大会議室

❖演 題：『脳を若く元気に！』

❖講 師：上岡 力也先生

NPO 法人 日本成人病予防協会認定 健康管理士

❖参加費：無料

❖申込み：お電話にてお申込みください。

Tel 0790-79-3145 担当：^{にがき} 苦木



デイサービスセンター便り

ご利用の皆様がスイーツ「チョコ蒸しパン」の手作りに挑戦！
その出来栄は？

*材料：ホットケーキミックス、砂糖、牛乳、卵、バター、
チョコレート



美味しく出来上がりました👏満足！満足！自画自賛？失礼な【笑】

※一日体験（無料）にお越しになりませんか。
（前日までに連絡下されば、送迎・食事もOKです）

スタッフ一同
お待ちしております

次号は
4月発行予定



〒679-5136 佐用郡佐用町志文515 Tel 0790-79-3145

サンホームみかづき(担当 松井・中尾)

