

脳トレ 教室



参加費
無料

介護予防・認知症予防には、身体の体操と同じくらい頭の体操も大切です。
何歳になっても脳のトレーニングでココロもカラダも活性化します。
パズルを使って楽しく脳トレしましょう！毎年人気の講座です。申し込みはお早めに！

日程

毎週金曜日 全12回

全 日 程	① 8月7日	② 8月14日	③ 8月21日	④ 8月28日
	⑤ 9月4日	⑥ 9月11日	⑦ 9月18日	⑧ 9月25日
	⑨ 10月2日	⑩ 10月9日	⑪ 10月16日	⑫ 10月23日

時間

午後2時～午後4時（2時間）

場所

玉名市高齢者等就業支援センター

講師

きたお しょうへい
北尾 昌平氏
株式会社ともいきLabo 理学療法士



— 申込み・お問い合わせ —

申込期間：令和8年7月1日(水)～7月24日(金)

※必着、初回受講者を優先に案内。定員超過の場合は抽選。

申込先：玉名市役所高齢介護課

問い合わせ：玉名市役所高齢介護課 地域包括ケア推進係

(玉名市岩崎163/☎0968-75-1339/FAX0968-73-2362)

— 詳しい内容 —

開催日	毎週金曜日・全12回 8月 ① 7日 ② 14日 ③ 21日 ④ 28日 9月 ⑤ 4日 ⑥ 11日 ⑦ 18日 ⑧ 25日 10月 ⑨ 2日 ⑩ 9日 ⑪ 16日 ⑫ 23日
時間	午後2時～午後4時
場所	玉名市高齢者等就業支援センター（玉名市岩崎88番地1）
内容	■介護予防や脳トシに関する講話 ■教材を使った脳トシ （絵合わせカード・パズル・思考運動（コグリハ）等） ※毎回上記の内容を組み合わせせて実施します。
定員	20人（初回受講者優先、定員超過の場合は抽選）
対象	玉名市内在住の方
参加費	無料
準備物	筆記用具、水分補給用の飲み物
申込み	(1)申込期間 令和8年7月1日(水)～7月24日(金)（必着） (2)申込方法 チラシの切り取り線から下の部分に、①氏名、②住所（行政区）、 ③電話番号を記入し高齢介護課へ提出するか、高齢介護課にお電話で お申し込みください。 (3)申込書提出先 玉名市役所高齢介護課 (4)抽選結果について 7月28日(火)以降に申込者の住所宛に通知をお送りします。
備考	今年度は全12回の講座を2クール予定しており、今回の日程は1クール目となります。2クール目については、11月に開催予定としていますので随時広報に掲載し募集を行います。
申込先 問い合わせ	玉名市役所 高齢介護課 地域包括ケア推進係 〒865-8501 玉名市岩崎163 ☎0968-75-1339・FAX0968-73-2362

キ リ ト リ

氏名	住所（行政区名）	電話番号
	玉名市 （行政区 ）	

申込期間：令和8年7月1日(水)～7月24日(金)
※必着、初回受講者を優先に案内。定員超過の場合は抽選。
当選結果は7月28日（火）以降に上記住所に発送します。
申込先：玉名市役所高齢介護課

受付日(受付者記入欄)

月 日