



香春町出前講座



令和6年11月7日(木) 9:30~11:00



**宮原公民館へおじゃまして、出前講座を行いました。
講座内容は「認知症予防」と「ミュージックケア」で、
認知症についてのあれこれと、認知症予防のために
心がけておきたい事についてお話ししました。**

**その後ミュージックケアでは音楽にのせて脳と身体を
フル活用し、最後は瞑想で締めくくりました。**

**宮原地区のみなさん、合計 17 名に参加して頂きました。
ありがとうございました。**