



# 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。**