

定員

15名

\* 先着順



# 健康朗読講座

～いつまでも健<sup>こう</sup>で  
過ごせるように～

声を出すことで・・・。

- ①口の機能が向上し、誤嚥予防になります。
- ②脳の活性化につながります。

## ■開催日時：

10月16日（木）

9:30～11:30



■対象：千葉市内在住の60歳以上の方

■持物：資料代100円、お飲み物

■申込：10月1日（水）から

\* 定員に達し次第受付終了

\* 申込は電話・FAXまたは直接受付まで

\* FAXの場合は「名前・住所・年齢・  
性別・電話番号」を忘れずに  
明記下さい。

千葉市真砂いきいきセンター

電話：043-278-9641

FAX：043-278-9642