

講演会

脳と心のアンチエイジング

～行動形成法の入口へようこそ～

令和8年1月 10 日(土) 14:30～16:30

講師 特定非営利活動法人 日本ケア・カウンセリング協会

品川 博二 先生

定員 先着20人

対象 千葉市内に住所を有する60歳以上の方

場所 千葉市美浜いきいきプラザ 研修室1・2

申込 12/1(月)9:30～ 窓口、電話、FAXで



「日頃、やろうと思えばできるのに、つい先のばしにしていること」は
ありませんか？ みんなで脳を刺激して、心も元気にします！

- 🌸 みんなでワイワイやると、何だかできそうな気持ちになります。
- 🌸 感情を言葉にしていけます。
- 🌸 ちょっと身体も動かします。



社会福祉社法人 千葉市社会福祉協議会

千葉市美浜いきいきプラザ

千葉市美浜区高洲3-5-6

☎ 043-270-1800

Fax 043-270-1811