

info

01

## サンロード商店街で市民マルシェを開催します！

イベント当日はサンロード商店街が歩行者天国になり、市民マルシェ（市場）をはじめ、市内事業者による屋台が出店します。歩いてこそ発見できる情緒ある湯沢、大切な方と一日をゆっくり過ごしてみませんか？

※当日は下記のとおり車両の通行を規制いたしますので、係員の指示に従ってくださいようお願いいたします。

日時

5月26日

午前10時～午後4時

車両通行止め時間：午前9時～午後5時

場所

駅通り(サンロード)商店街

※今年度は計5回開催予定



問 商工課商工労政班 (☎ 55-8186)

認知症予防にはさまざまな方法がありますが、新しい事に挑戦し、脳に刺激を与えることもその一つです。この教室では、iPad（アイパッド）を使用し、コミュニケーションをとりながら楽しくトレーニングを行います。iPadはこちらで準備しますので、お持ちでない方や操作したことがない方も安心して、ぜひご参加ください。

- 日時 5月28日(火)～8月19日(月) (全12回)  
午前9時45分～11時30分
- 場所 市役所本庁舎 2階会議室25・26
- 内容 みつおか式脳若トレーニング
- 講師 脳若認定トレーナー（富士ネットワーク株式会社）
- 対象者 市に住民登録があり、要介護および要支援認定を受けていない65歳以上の方で継続して参加できること
- 定員 20人（初めて参加される方を優先します）
- 申込み 5月7日(火)～5月14日(火)まで下記へお電話ください。



湯沢市介護予防キャラクター「まめっち」

問 湯沢市地域包括支援センター (☎ 78-2311)

info

02

参加者募集

## 脳若健康教室

～脳若トレーニングで認知症予防！～



## みつおか式脳若トレーニング

iPadを使い、視覚・聴覚・指先からの刺激で、楽しみながら脳を活性化するトレーニング。コミュニケーションをとりながら「繋がり」を持つことを重要視しています。