

ココロのエクササイズ



# ゆるふわ体操「筋肉編」& 日本一周脳トレの旅

脳トレしながら日本一周！目指せ全国制覇！

12/26 (木) 14:00-14:45

場所 | 利府仙台ロイヤルケアセンター  
通所リハビリテーション

講師 | 西仙台病院 臨床心理室職員（公認心理師）

対象 | 通所リハビリテーションご利用の方



**追加利用もぜひお待ちしております！**

利用日ではないが参加したいという方は、職員にご相談ください

今後のよてい

2025.1/24 (金)  
脳トレすごろく

2025.2/20 (木)  
ストレスに気づく  
前頭葉を活性化！

2025.3/21 (金)  
世界一周クイズ