

ココロのエクササイズ



ココエウ

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！

12/2 (月) 14:00-15:00

場所 | 仙台青葉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

ケアマネジャーさんも見学可能です。ご相談ください！



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

2025.1/8 (水)
脳トレすごろく

2025.2/6 (木)
ストレスに気づく
前頭葉を活性化！

2025.3/7 (金)
世界一周クイズ