

世界文化遺産「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」登録記念



とき **10月14日** ㊦
午前6時～7時30分

ところ 河浦総合運動場（晴天時）
河浦中央体育館（雨天時）

内容 崎津集落の世界遺産登録を記念して「特別巡回ラジオ体操・みんなの体操会」を河浦町で開催します。当日はNHKラジオ第1放送で全国に生放送(6:30～6:40)!! 皆様のご参加、お待ちしております。



体操講師
すずき だいすけ
鈴木 大輔



ピアノ演奏
のうじょう たかひろ
能條 貴大



アシスタント
はらかわ あい
原川 愛



アシスタント
たの れ な
館野 伶奈

※参加記念品あり。
※駐車場は台数に限りがあります。できるだけ乗り合わせてお越しください。

ポイントレッスンに参加すると
健康ポイント 45P

問 河浦支所 ☎761111

「やってみよう!」 今日から始める 認知症予防

「歩きながら動物の名前を言う」など、2つの作業を行うデュアルタスク（二重課題）。今回は「ことば」を使った課題に挑戦。

言葉を変えて取り組んでみてください。

脳トレ 6 デュアルタスク運動(ことば編)

①次の言葉を覚えてください。覚えたら隠してください。

いぬ

たんぽぽ

いす

かお

※「ひらがな」で表記することがポイントです。

②次の言葉を覚えてください。覚えたら隠してください。

てんじく

③②で覚えた言葉を逆から言ってみてください。

④さて、最初に覚えた4つの言葉は？

協力：（一社）熊本県作業療法士会天草ブロック