

楽しく笑ってゲームをしながら 手と頭を同時に動かしましょう！



楽しく脳トレ！

生涯現役ゲーム

このたび、総合プラザ1階にて「生涯現役ゲーム」を開催します。
手を動かし、複数のことを同時に考えながら行う運動は、
他者とのコミュニケーションを通じて脳への刺激が伝わることから
認知症の備えになると考えられています。

「グーチョキパー」「シート玉入れ」「リズム三拍子」など、
指から腕への運動を行いながら、脳の血流UPを促しつつ
「生涯現役ゲーム」に参加して、楽しく脳トレをしてみませんか？

令和8年 **6/25**(木)

午後**2時**～**3時**

世田谷区立保健医療福祉
総合プラザ1階 **研修室C-2**

令和8年 **8/20**(木)

午後**2時**～**3時**

世田谷区立保健医療福祉
総合プラザ1階 **研修室A**

参加費 **無料**

定員 **各回40名(要予約)**



水分補給のため
お飲み物をご持参ください



世田谷区立保健医療福祉総合プラザ 地域交流事業

〈共催〉松原まちづくりセンター 松原あんしんすこやかセンター 松原社会福祉協議会事務局 ぼーときたざわ

松沢児童館 世田谷区立保健医療福祉総合プラザ 運営管理室

〈協力〉一般社団法人みんなの認知症予防ネット

お申し込みはこちら 〈開催日の約1ヶ月前より受付開始〉

世田谷区立保健医療福祉総合プラザ 運営管理室

電話:03-6379-4301 ファックス:03-6379-4305

窓口:総合プラザ1階 総合案内でお声がけください

生涯現役ゲーム

開催日

※定員に達し次第、受付を締め切らせていただきます。
あらかじめご了承ください。

6/25(木)

〈受付開始〉
5/25(月)

8/20(木)

〈受付開始〉
7/20(月・祝)

時間

午後2時から3時

定員

各回40名 (要予約)

参加費

無料

場所

世田谷区立
保健医療福祉
総合プラザ1階
研修室C-2

世田谷区立
保健医療福祉
総合プラザ1階
研修室A



お申込方法



総合プラザ1階 総合案内

入ってすぐ左手、総合案内窓口にて
ご予約承ります



電話 03-6379-4301

申込内容 (下枠を参照) をお伝えください



ファックス 03-6379-4305

申込内容をご記入の上、お送りください

予約完了のご連絡はいたしません、定員超過や中止の場合ご連絡します

お申込内容

「生涯現役ゲーム」午後2時から3時

参加希望日 ※ご参加を希望されるお日にちに○をつけてください

6月25日(木)

8月20日(木)

氏名 **ご注意:**参加希望者が複数の場合、全員の氏名とフリガナをご記入ください

(フリガナ)

(漢字)

電話番号 **ご注意:**複数でご参加の場合は、代表者の連絡先をご記入ください

このイベントを何で知りましたか? ※該当箇所には✓してください

- 館内チラシ・ポスター 町内掲示板ポスター 町内会の回覧板チラシ まちづくりセンター設置チラシ
 総合プラザHP Instagram X(旧Twitter) 公式LINE 友人 その他()

※ご入場時にお名前を確認させていただきます

※ご記入いただいた個人情報は、本イベントのみに使用し、第三者に提供することはありません
(中止、延期などのご連絡用にお聞きしています)