

回想法で、元気はつらつ、脳いきいき

第4回 思い出話の会



青春時代のときめき 憧れのスター・初恋の人～

みんなで思い出を語り合い、親睦を深める集まりです。思い出を誰かに伝えることで、普段は脳の奥に眠っている記憶が蘇り、脳が活性化して認知症予防になります。そんな回想法を体験しながら、人生経験豊富な皆さんで、とっておきの思い出話に花を咲かせてみませんか。

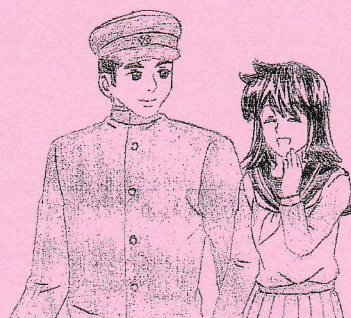
とき 11月18日(土) 10:00～11:30

ところ 明智回想法センター 研修室

対象 おおむね60歳以上の方

参加費 無料

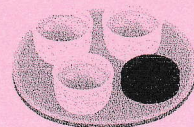
ご予約 不要



◆当日の流れ◆

①ご挨拶

②回想法体験



* 休憩 *

③思い出綴りを作りましょう

④まとめのお話

「回想法はなぜ良いの？」

<お問い合わせ>

明智回想法センター TEL 0573-54-4056

〒509-7714 恵那市明智町 1142-1

ご不明なことがありましたら、明智回想法センターまでおたずねください。