

回想法で、元気はつらつ、脳いきいき

# 第8回 思い出話の会

## テーマ「入学・卒業の思い出」



みんなで思い出を語り合い、親睦を深める集まりです。昔を思い出し、それを誰かに語って聞かせることで、脳が活性化して認知症状予防になります。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 3月24日(土)  
午後1:30~3:00

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思い出日記を作りましょう

④まとめのお話

「回想法を行うことによって」



毎月第四土曜日13:30~開催しています。今後の日程 4/28(土)、5/26(土)...

<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。