

ジムの会会員様限定 無料講座開催！

11月



脳

～脳を鍛えてもっと元気な暮らしを！～

活性化講座

日時: **11月22日(金)**

14:00～15:30

参加
無料

場所: **ジェクサー 板橋店**

※休館日となりますので他施設及びシャワーのご利用はできません。

※通常通り、レンタル品はすべてご利用いただけます。

定員: **25名** ※先着順での受付となります。



講師: **佐々木夏子氏**

管理栄養士/介護予防運動指導員
全国各地域に食生活指導を行うスペシャリスト

最近こんな悩みありませんか？

- 人の名前がでてこない
- 新しいことに対して気が重い
- 食べた物を思い出せない
- 仕事や家事に集中できないことがよくある



1つでも当てはまった方は、
脳の認知機能が低下して
いるかもしれません。

▼参加申し込みについて▼

★メールでのお申込みのみとなります。

お名前/登録店舗/「11/22イベント参加希望」と
入力頂き下記アドレスにメールを送信ください。

送信先「jimukai@jresports.co.jp」

★お申込期間: **11月15日(金)**まで

※各店舗での受付は行いませんのでご了承ください。