



# コミセン講座

コミセン講座とは……元気で長生きするための健康に関する講話や、ゲームをしたりものづくりをしながら、楽しく介護予防・認知症予防をする講座です。

## 対象者

- ①鹿児島市にお住いの65歳以上の方
- ②鹿児島市にお住いの障害のある方

**日時：令和2年7月31日(金)**

**13:30～14:30**

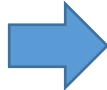
## 『夏バテ対策』

◆栄養価の高い野菜・食べ物

**今**注目の食べ物

◆きのう何食べた？

◆連想ゲーム



**夏**など