



健康推進講座

## ～ 心と脳を整える～

日 時：11月19日（土）

午前10時30分～正午

場 所：西合志図書館 集会室

定 員：30名程度（事前申込みが必要です）

※ 精神科医による うつ病や認知症の  
予防と改善法など、暮らしのヒントが  
満載です。お気軽にご参加ください。

申込方法：市内図書館窓口、または電話で  
お申し込みください。

参加費無料です



- ・マスクの着用をお願いいたします。
- ・発熱や体調不良の方はご遠慮ください。

問い合わせ先：西合志図書館 Tel 096-242-5555