

認知症予防講座

～今からできる！脳と心の健康づくり～

いつまでもいきいきと、自分らしく暮らすために。

シニア世代の皆様やご家族、地域の方々を対象に、認知症予防について楽しく学ぶ講座を開催します。どなたでもご参加いただけますので、お気軽にご参加ください。

★講座内容★

- ・ 認知症の基礎知識とその予防
- ・ 実践！みんなでチャレンジ脳トレ体操



令和7年 **9月30日(火)**

13:30～14:30

場所： 大森南図書館 2階 多目的室

講師： 大田病院

認知症看護認定看護師 和泉 順子さん

スポーツトレーナー 伊藤 豪さん

対象： どなたでも

定員： 20名

申込み：カウンターまたはお電話

問合せ先：大森南図書館 ☎03-3744-8411

協力：地域包括支援センター大森東

主催 大森南図書館