

平成29年10月～平成30年3月

# 認知症予防教室

参加者  
募集！

いつまでも元気でいきいきと暮らすために！

認知症予防教室では、認知症予防に効果的といわれているコグニサイズ（脳賦活運動）や回想法、その他レクリエーションなどさまざまなプログラムを実施しています。

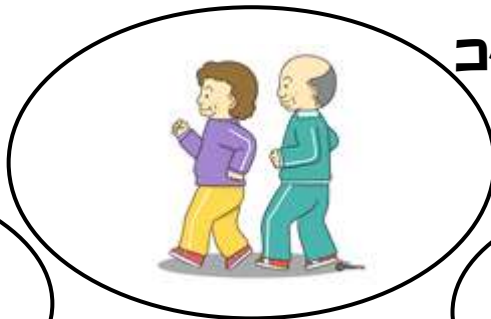
認知症の発症には10～20年にわたる長い道のりがあります。認知症に気付いてから手を打つのではなく、これからは**早めに予防**を始める時代です！いつまでも元気な脳を維持するために、参加してみませんか

## プログラムの内容

### 回想法



### コグニサイズ



### レクリエーション



これらを学ぶことで…

**さまざまなプログラムで元気脳を維持！  
認知症から遠ざかるための方法のひとつです！**

## 日時

平成29年 10月～平成30年 3月

① 火曜日 10時～12時（10/3～）

② 水曜日 10時～12時（10/4～）

③ 木曜日 10時～12時（10/5～）

\* 毎週1回あります。

対象者：市内在住の65歳以上の方

場 所：中川福祉会館

参加費：無料（材料費のみは負担して頂きます）

定 員：1クラスあたり12名

（申込多数の場合は抽選）

## 申し込み方法

申込期間：8月23日～9月6日まで  
住所・氏名・生年月日・電話番号・参加希望クラスを下記申込先の窓口にてご応募ください。

### 公開抽選

日時：9月8日（金）14時から

場所：中川福祉会館 わくわく室

\* 結果発表：9月13日（水）

（10時から会館内掲示）



### ★お願い★

認知症予防教室は、市内各福祉会館で実施しております。お一人につき1クラスのみのお申込みです、重複申込みはできません。

## 申し込み先：中川福祉会館

名古屋市中川区八幡本通2-40

電話：351-9121 FAX：352-9406