



美濃市 認知症予防教室

令和3年度!

☆新型コロナウイルスによる活動自粛は、本当に皆様の健康を損なう恐れもあります。

美濃市に、また、あの中津先生をお招きします！先生の教室では認知症予防に関する楽しい講話を聞いたりコグニサイズ（認知症予防に向けた運動）を行い、頭（認知機能）と身体を楽しく活性化してくれます。

☆「プチ講座」は、専門医や理学療法士さん等から認知症予防に関する情報が得られますの是非、ご期待ください。

講師：のぞみの丘ホスピタル

中津智広 先生（理学療法士、コグニサイズ認定指導者） 他

- ◇ 会場：① 紙のふるさとふれあいセンター（上牧会場）
- ② 美濃市 中央公民館（美濃会場）

美濃市では、今年度も2会場で開催します。

◇ 開催日時：【プチ講座】 中津 智広 先生

- ① 5月19日（水） 13時30分～14時30分
- ② 9月8日（水） 13時30分～14時30分

【認知症予防教室】

- ① 6月2日 から 10月27日 隔週水曜日（全12回）
- ② 9月29日 から 3月16日 隔週水曜日（全12回）

新型コロナ感染対策として、各会場とも13時30分～14時30分の60分のプログラムです。

紙のふるさとふれあいセンター

(全12回)

美濃市 中央公民館

(全12回)

6月 2日・16日・30日

7月 7日・21日

8月 4日・18日

9月 1日・15日・22日

10月 20日・27日

9月 29日

10月 6日・13日

11月 24日 **12月** 1日・15日

1月 5日・19日

2月 2日・16日

3月 2日・16日