



令和6年度!

## 美濃市 認知症予防教室

- ★ 健康維持のためには、認知症という病気への正しい理解がとても大切です。そのための教室を、今年度も開催します！講師は、あの中津先生たちです！
- ★ 先生方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」では、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

森藤豊 先生（精神科医師） 尾関昭宏 先生（理学療法士、コグニサイズ認定指導者） 他

統括：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・認知症予防専門士）

- ◇ 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）  
③ 大矢田公民館（大矢田会場）

美濃市では、今年度も3会場で開催します。

- ◇ 開催日時： 令和6年度 前期 上牧会場  
5月 15日 から 10月 2日 隔週水曜日（全12回）  
13時30分～15時00分の90分のプログラムです。

場所は…紙のふるさとふれあいセンターです！

<b>5月</b>	15日・29日	<b>6月</b>	12日・26日
<b>7月</b>	3日・17日・31日	<b>8月</b>	7日・21日
<b>9月</b>	4日・18日	<b>10月</b>	2日（修了式）