

# いきいきキラキラ教室 講座スケジュール

2025年12月 ～ 2026年1月 木曜日 PM13:30～15:00

七宗町 神湊

全4回

初期評価 実施なし

最終評価 実施なし

日程			講座名	内容・目的	講師
第1回	12月	4日	認知症予防とコグニサイズ	教室の目的でもある認知症予防とコグニサイズを説明します。	のぞみの丘ホスピタル 理学療法士 尾関 昭宏先生
第2回		18日	認知症を予防する生活習慣	認知症に良いとされる生活習慣。いくつできているか？今からでも遅くないですよ。	のぞみの丘ホスピタル 理学療法士 尾関 昭宏先生
第3回	1月	15日	認知症について学ぼう	認知症のことも知りましょう。不安ばかりでなく安心もしてください。	のぞみの丘ホスピタル 医師 森藤 豊先生
第4回		29日	認知症予防のまとめ	認知症のことも知りましょう。不安ばかりでなく安心もしてください。	のぞみの丘ホスピタル 理学療法士 尾関 昭宏先生



七宗町社会福祉協議会  
サンホーム七宗