

後援 相模原市

市民行政協働運営型市民ファンド「ゆめの芽助成金」交付事業

”あなた！！認知症大丈夫？”

～最新の知識を学びましょう～

2025年の認知症患者数は700万人を突破し、65歳以上の5人に1人が発症するとの予測がされています。

そんな中、認知症発症の大きな要因の1つと言われている生活習慣を振り返り、食事、運動、脳を鍛える方法等、最新の予防知識を学んで、認知症にならない生活習慣を身につけましょう。

受講者募集中

【日時】 2月21日(火) 13:30～15:45

【講師】 穴戸 佳子 氏

東京都健康寿命医療センター認定介護予防運動指導員

【場所】 ソレイユさがみ セミナールーム2

(JR横浜線橋本駅北口歩5分イオン橋本店6階シティ・プラザはしもと内)

【定員】 30名(申込順)

【参加費】 500円

【主催】 希望の仲間さがみはら

【申込先】 ☎ 090-6185-9310

* 申込み受付 1月20日(金)～2月20日(月) 10時から15時まで

* 留守電時は、名前と電話番号をお伝え下さい。折り返し連絡します。

当日は検温や体調の確認、マスク着用でご参加下さい。「密集」「密閉」「密接」を避け安心して参加できるように実施致します。

