R7

脳の健康チェック付

ほっとかない！認知症出前講座

最近、老化によるもの忘れの段階から認知症になるまでの間に予備段階があると言われるようになりました。

「ＭＣＩ」は認知症の予備段階。

MCI の時期に生活習慣を改善することで、認知症予防（認知症になるのを遅らせる）につながります。みなさん一緒に、これからの生活習慣を学んでみませんか？

◆日時：担当の地域包括支援センター職員とご相談ください。

◆時間：講座 30 分程度と脳の健康（もの忘れ）チェックに要する時間。

　（脳の健康（もの忘れ）チェックはお一人 5 分程度）

※脳の健康（もの忘れ）チェックを希望される人数によって、時間は変わります。

◆内容：①認知症についての正しい理解

　②MCI と認知症の予防

　③認知症の早期発見

◆参加費：無料です。

<パネルをタッチして、脳の健康（もの忘れ）チェック>

講座では、現時点でのもの忘れの可能性に気づくためのタッチパネルを体験して頂くことができます。

※ただし、脳の健康（もの忘れ）チェックは認知症を診断するものではありません。

申込書は裏面です。お住まいの地域担当の地域包括支援センターへお申込みください。

脳の健康チェック付

ほっとかない！認知症出前講座申込書

お申込み方法

申込書にご記入のうえ、５人以上のグループで

お住まいの地域担当の地域包括支援センターにお申込みください。

地域包括支援センター名	担当学区	電話番号	ＦＡＸ番号
地域包括支援センターすばる	鳥居本	21－5412	21－5464
	城東・佐和山	24－0494	24－0408
地域包括支援センターハピネス	城西・城北	27－6702	21－0302
地域包括支援センターふるさと	平田・金城	47－3993	47－5120
地域包括支援センターゆうじん	城南・高宮・旭森	21－3341	21－3306
地域包括支援センターきらら	城陽・若葉・河瀬・亀山	28－9323	28－9322
地域包括支援センターいなえ	稲枝東・稲枝北・稲枝西	47－3320	47－3315

団体名等 ５人以上のグループで お申し込みください	
代表者名	
代表者連絡先	（電話）　　　　　　（FAX）
開催場所	
希望日時	第１希望　年　月　日　時　から　時　まで 第２希望　年　月　日　時　から　時　まで
参加予定人数	
備考	会場の間取り（別室　有　・　無）

お申込みをお待ちしています。