

# 令和5年度

## 「いきいき健康フェア」

高齢化社会を迎え、「認知症」は健康に過ごすための関心事の一つです。今回は、「認知症予防」について様々な取り組みをされている<sup>もとやま</sup>本山<sup>てるゆき</sup>輝幸氏を講師にお招きし、「認知症予防」の講話を聴き、「脳と体の若返り運動」の実技を行います。毎日を元気に過ごすためのヒントがいっぱい입니다。ご友人やご家族をお誘い合わせの上ご参加ください。



参加費  
無料！



内容：講話「認知症予防」

実技「脳と体の若返り運動」

講師：<sup>もとやま</sup>本山<sup>てるゆき</sup>輝幸氏

日時：11月17日(金)午前10時～12時

場所：中原老人福祉センター 大広間

定員：先着20名 \*市内在住、60歳以上



本山 輝幸氏

- ・総合能力研究所所長
- ・筑波大学附属病院精神科  
   デイケアインストラクター
- ・元厚生労働省認知症予防  
   プロジェクト研究員

申込：10月18日(水)～10月31日(火) \*事務室又は電話

問い合わせ：中原老人福祉センター 044-777-6000