

認知症予防講座

今日から始める正しい認知症予防

あれ？ ひょっとしたら 認知症？

自分も家族も…早いうちから予防しよう！

★ 内容

- ・ 認知症の基礎知識 と 脳トレ
- ・ タッチパネルによる 脳の健康度測定
※認知症の診断をするものではありません。

参加費
無料

★ 日時 令和4年9月29日(木)

AM 9:35 ~ AM 11:25



★ 場所 市立劇場2階 小ホール

★ 対象者 認知症が心配な方 (65歳以上の方推奨)

★ 締切 9月22日(木) (先着40名)

【講師】：長岡市健康課 保健師

田端 のぞみ 様

介護予防推進員

丸山 良子 様

介護予防運動指導員

草間 恵理子 様

主催 / お問い合わせ先

長岡市中央公民館 (長岡市幸町2丁目1-1)

TEL 0258 (32) 0437 , FAX 0258 (32) 0561

※ 申込み書を FAX されるか、お問い合わせ下さい。

※ 参加される方は、必ずマスク着用, 飲料水 持参 でお願ひします。



FAX 0258(32)0561

認知症予防講座 申し込み※

氏名	フリガナ	年齢	才
住所	〒		
電話番号		FAX番号	

※：上記申し込みの際し、『氏名』、『住所』、『電話番号』は必須です。

会場への地図



市立劇場

市立劇場

住所：長岡市 幸町2-1-2

電話：0258(33)2211

- ・JR長岡駅大手口10番線から
「宮内環状線 内回り」、
「宮内本町線」、
「免許センター線」

＜市立劇場＞バス停下車
……徒歩 0分