

## 介護予防講座（春開催）

# 理学療法士による認知症予防体操



～認知症を理解し、介護予防を意識した誰でも楽しくできる体操を知り健康

に毎日を過ごせるようにしましょう～

1.日時: 令和 元年 5月24日（金）

13時30分～15時00分（受付13時00分～）

2.会場: 平安の森記念病院 7階ホール（中区八幡町181）

**\* 駐車場に限りがありますので乗り合わせや公共交通機関をご利用になってお越しく下さい**

3.内容: 1. 講師による認知症の症状等についての話

2. 認知症介護の予防につながる運動やストレッチの紹介

4.講師: 理学療法士 安間 哲男 氏

5.対象: 高齢者を介護している人、近隣の支援者、虚弱高齢者を抱える家族、介護に関心のある人等

6.参加費: 無料

7.持ち物: 水分補給のための飲み物やタオルの準備をお願いいたします

8.定員: 30名程度

9.申し込み: 事前に電話またはFAXにてお申し込みください

※終了後、希望の方には、高齢者相談センター元浜職員による介護に関する個別相談もできます

### 【申し込み・問い合わせ先】

高齢者相談センター元浜（地域包括支援センター元浜）

電話:479-1215 FAX:479-1219

