

認知症地域公開講座 in 甲斐市



平成27年度

認知症予防は、生活習慣の改善で発症を遅らせることが出来ると言われています。そこで、本講座は認知症予防と運動について学び、こころと体にゆとりをつくり、健康生活に役立つ運動習慣を身につけることを目的に開催いたします。

☆ 開催日 ☆ 12月2日（水曜日）

☆ 開催時間 ☆ 13:30～16:30

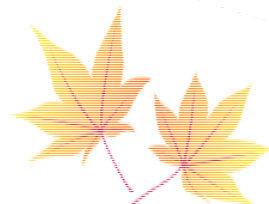
☆ 開催場所 ☆ 竜王北部公民館 ホール

甲斐市篠原 2610 TEL:055-276-7511

☆ 対象者 ☆ 甲斐市在住者

☆ 受講費用 ☆ 無料

☆ 講座内容 ☆



Aコース 身近なことから始めよう -暮らし・運動・笑顔の認知症予防-	Bコース ゆる体操
☆ 認知症ってどんな病気？ 予防法は？ 認知症になったら・・・？ 皆さんが感じている疑問や不安を身近な話題を用いて一緒に考えてみましょう。	☆ 固まった身体をゆるめる体操で、コリ・冷えの解消に効果があります。新陳代謝を活発にするなど、運動効果が高い体操です。
講師 山梨県作業療法士会 認知症対策推進委員会委員 深沢 太郎 氏 吉田 瑞穂 氏	講師 NPO法人日本ゆる協会 公認ゆる体操準指導員 河野 由乃 氏
持ち物：飲み物、バスタオル ・体操が出来る、動きやすい服装でいらしてください。	

※会場準備都合により、必ず事前に申し込みください。

各コース定員50名（両コース参加可能）に達し次第締め切らせていただきます。

※講座に併せて、会場では「認知症の福祉用具」展示会を開催いたします。

☆申し込み・問い合わせ☆

甲斐市地域包括支援センター(甲斐市福祉健康部 長寿推進課介護予防推進係)

TEL:055-278-1693 FAX:055-276-2113

【FAX : 055-276-2113】



認知症地域公開講座 in 甲斐市 参加申込書

No.	氏名	住所	電話番号	年齢	性別		選択コース	
							A	B
1					男	女		
2					男	女		
3					男	女		
4					男	女		
5					男	女		

※選択コースは、希望するものに○をつけて下さい。

※個人情報の取り扱いについて

「参加申込書」に記載された個人情報は、本講座運営管理の目的にのみ利用します。

《お問い合わせ先・申込み先》

当参加申込書をFAXまたは持参ください。または、上記事項を電話でお伝えください。

(※どちらでも受け付けています。)

〒400-0115 山梨県甲斐市篠原 2610

甲斐市地域包括支援センター(甲斐市福祉健康部 長寿推進課介護予防推進係)

TEL 055-278-1693 FAX 055-276-2113

