

脳健康チェックと 認知症予防教室

身体の健康と同じように、脳健康もチェックしませんか？
自分の認知機能の状態を知り、認知症予防の取り組みを始めましょう。

認知症予防教室では、日々の生活に活かせる認知症予防に大切なポイントを聞いたり、脳と身体を活性化してくれる運動を楽しく行います。

日時: 令和7年 10月 29日(水)

コース A: 午前9時30分～午前11時30分

コース B: 午後1時30分～午後 3時30分

場所: 蒲郡市民会館2階 会議室1・2

参加費: 無 料

定 員: 各コース 14名

対 象: 市内在住で、60歳以上80歳未満の方

要支援・要介護認定、認知症の診断を受けていない方。

(医師から運動制限の指示がある方は、申込時に伝えて下さい)

持ち物: 読書用メガネ、補聴器(使用されている方のみ)

筆記用具、飲料水、動きやすい服装

申 込: 受付は、9月25日からです。長寿課(Tel 66-1105)へ
希望コース、氏名・電話番号、生年月日をお知らせ下さい。

QRコードからも
申込できます ⇒



お問合せ: 蒲郡市長寿課
Tel 66-1105

