



第2回脳の健康チェックと 認知症予防教室



身体の健康と同じように、脳の健康もチェックしませんか？

認知機能の状態を知り、認知症予防の取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8年1月9日(金)

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、11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:

蒲郡市福祉部長寿課地域包括ケア推進室

TEL 66-1105

