

認知症予防講座

《テーマ》

軽度認知障害段階の認知症予防の大切さについて
～今からできること:食事・運動・交流編～

日時

2019年6月8日(土)

15:00～17:00 (受付 14:30～)

場所

北中城若松病院 デイケアあしやぎ



第1部 15:00～16:00 **講演会**

講師 **遠藤 一博** 認知症専門医

(北中城若松病院 認知症疾患医療センター長)

第2部 16:05～16:30 **今後の取り組みの紹介**

第3部 16:30～ **質疑応答**

皆さんの疑問・質問にお答えします。

この度、北中城若松病院では『脳と体のいきいきクラブ』という運動教室を始めることになりました。認知症予防のためには、生活習慣病の改善が重要とされています。今回の講演会では、食事や運動の大切さのお話や、認知症にいいとされている運動についても紹介します。

★参加費 **無料**

事前の申込みは不要です。当日は、会場に直接お越しください。

お問い合わせ:北中城若松病院 098-935-2277(内線 264)

リハビリ部: 安里 克也(あさと かつや) / 上地 誠之(うえち しげゆき)