

平成 30 年 5 月 1 日



介護予防教室のお知らせ



みなさんがいつまでも健やかに住みなれた地域で生活していけるようお手伝いします！

現在の健康・生活を維持するためには・・・

運動すること・栄養を摂ること・お口の機能(食べる動作)に関すること・
外出して楽しむこと・認知症やうつを予防することなどが大切です。

追浜地域包括支援センターでは、内容を変えて介護予防教室を開催しています。お友達を誘ってぜひ参加してください！まずは参加することから介護予防は始まります！

テーマ：笑顔で広げよう！ 認知症ケア

～正しく知って地域の支援を活用しよう～

日時：6月 5日(火) 14時～15時30分

場所：湘南病院 鷹取棟4階大会議室

内容：①お話

- ・認知症を知りましょう
- ・認知症をケアしましょう
- ・認知症を予防しましょう

②コグニサイズ

③権利擁護について

④質疑応答



問合せ・申込先：追浜地域包括支援センター tel 865-5450 (月～金 9時～17時)

申込〆きり : 5月25日(金) 定員25名