

認知症予防講座（開催結果）

認知症予防の講話、そして認知症予防に効果的といわれている「ふまねっと運動（頭と身体を同時に動かす運動）」をはじめ、コロナ禍においてもご自宅でできる予防方法を紹介しました。なお、第49回衆議院議員総選挙・最高裁判所裁判官国民審査開票事務のため、開催場所（当初名東区役所講堂→名東福社会館）、及び定員（50名→20名）を変更し実施しました。

～脳と体を使い、いつまでも元気で～

開催日時：令和3年10月29日（金）

10時15分～11時45分

開催場所：名東福社会館

講師：愛知東邦大学

人間健康学部助教 中野匡隆氏

参加人数：19名

認知症予防講座
～脳と体を使い、いつまでも元気で～

これからは予防の時代です!!

認知症予防の講話、そして認知症予防に効果的といわれている「ふまねっと運動(頭と身体を同時に動かす運動)」をはじめ、コロナ禍においてもご自宅でできる予防方法を紹介します。認知症の発症には10～20年にわたる長い道のりがあります。認知症に気付いてから手を打つのではなく、いつまでも元気な脳を維持するために、一緒に認知症予防について学びましょう。

講師 中野匡隆さん (愛知東邦大学人間健康学部助教)

日時 令和3年10月29日(金) 午前10時15分～11時45分
場所 名東福社会館
対象 主に60歳以上の方
定員 20名(予約制)
申込 令和3年10月11日(月)～10月26日(火)
電話またはファクスで
名東福社会館 ☎ 703-9282 FAX 704-8144
名東区役所福祉課 ☎ 778-3009 FAX 774-2781
※申込時に住所・氏名・連絡先をお伝えください。

☆新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、マスクの着用・入場時の検温などにご協力をお願いします。
☆感染症などの状況により、定員枠の変更または中止する場合があります。

主催：名東福社会館、名東区役所

◆アンケート結果（講座の内容について）

- | | | | | | |
|------------|----|---------|----|------|----|
| ・良かった | 6名 | ・やや良かった | 9名 | | |
| ・あまり良くなかった | 0名 | ・良くなかった | 0名 | ・無回答 | 4名 |

（自由記載）

- ・初めての経験で、楽しかった。
- ・先生の話がよく楽しかった。また受講したい。
- ・色々参考になった。

