



# 介護予防教室開催のお知らせ



長野市地域包括支援センター 長野松代総合病院

9月開催の介護予防教室の内容は「認知症予防教室」です。

楽しくおしゃべりをしながら手や指先を動かすと、脳の広範囲に刺激を与えます。皆さんと一緒に認知症の予防や脳の活性化につなげましょう。

日時	<b>9月13日(水)</b> <b>10:00~11:30</b>
場所	松代公民館 講義室 1
内容	認知症にならないために身近な ものを用いて作業をしよう その1 ・認知症予防のため、 日常生活での工夫を紹介 ・身のまわりの物を再利用し、 実際に小物作りを行なう。  ※持ち物：わりばし3本、輪ゴム4個、 はさみ、鉛筆、消しゴム
講師	作業療法士 和田 成利 (長野松代総合病院)

【お問い合わせ先】

**長野市地域包括支援センター 長野松代総合病院**

**電話:278-2058**

\* 駐車場は公民館に数台分ありますが、  
満車の場合は長野松代総合病院第3駐車場にお停めください。

\* 参加費は無料です。

「認知症 学んで増した 笑顔と会話」

平成28年度認知症啓発標語入選作品 柳沢 清子さん作

