

令和7年度

認知症予防教室

認知症を知り、予防を実践する教室（5回シリーズ）を行います！

新規介護認定者の介護要因の第1位は認知症です。
健康で長生きすることをめざし、たのしく脳と体を鍛えましょう！
皆さんお誘い合わせの上、お申込みください。

講義



運動



認知症サポーター養成講座



日 時 : 令和8年 1月14日(水)・20日(火)
2月4日(水)・10日(火)・25日(水)
13:30～15:00

場 所 : プラザ萬象 小ホール (送迎はありません)
対 象 : 65歳以上の市民の方
申込期限 : 令和8年1月5日(月)

★定員30名
★参加費無料！

【申込み・問合せ先】



- 理学療法士による運動指導
- 認知症に関すること、予防の話など

地域包括支援センター『長寿』(敦賀市役所 長寿健康課内)

お電話での申し込みは
☎ 22-8181

申込みフォームは
こちらから ➔

