

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：9月30日(火)・

10月7日(火)・21日(火)・28日(火)

11月4日(火)

場所：敦賀市役所 講堂など

(送迎はありません)

対象：65歳以上の市民の方



★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 ➡

