

令和8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！

敦賀市の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！
みなさん、お誘い合わせの上、お申し込みください

講義



運動



認知症サポーター養成講座



日時：8月25日(火)・9月1日(火)・9月9日(水)
9月15日(火)・9月29日(火)

いずれも13時30分～15時00分

場所：栗野コミュニティセンター（送迎はありません）

対象：65歳以上の市民の方

申込期限：8月18日(火)

【内容】

- 理学療法士(リハビリの先生)による運動指導
- 認知症に関する基礎知識と予防の話 など

★定員30名

★参加費無料！



＜申込み・問合せ先＞

敦賀市地域包括支援センター『長寿』

(敦賀市役所長寿健康課内)

☎ 22-8181

↓お申込みはこちらから

