

参加費
無料

脳の元気度をチェックしてみませんか？ 回覧

タブレットを使って、“記憶力”や“注意力”など、脳の元気度（認知機能）をチェックできます。これからの健康づくりのヒントに参加してみませんか？



※認知症かどうか判断するものではありません。

要予約

日 時	10月15日（木）	12月16日（水）	令和9年2月16日（火）
	いずれも10時～15時30分 ※お一人15分程度要します		
会 場	敦賀市役所 1階	対象／定員	65歳以上の方 各日25名 （要介護認定を受けていない方）

予約不要 脳の元気度チェック 開放日

職員が常駐しています。

操作方法等でお困りの際はお尋ねください。

これまで参加されたことがある方やタブレット操作に

慣れている方など、65歳以上の方（要介護認定を受けていない方）を対象にご自由に利用ください。

日時：11月17日（火）14時～15時 / 令和9年1月15日（金）10時～12時

会場： 敦賀市役所1階 相談室5



2026年度（10月～3月分）

敦賀つながりカフェ

要予約

「敦賀つながりカフェ」は、認知症や健康に関する情報交換、相談の場です。

認知症に関する講座も行います。認知症の方やそのご家族、認知症に関心のある方等、どなたでも気軽に参加できます。

日 時	会 場	認知症ワンポイント講座 内容
10月27日（火） 13時30分～15時	松原コミュニティ センター ホール	「聞こえにくいと感じたら？ ～認知症と難聴について～」
11月25日（水） 10時～11時30分	プラザ萬象 小ホール	「食事で脳も体も元気に！ ～今日からできる認知症予防につながる食生活～」
1月20日（水） 13時30分～15時	プラザ萬象 小ホール	「音楽療法を体験しよう！」
3月2日（火） 10時～11時30分	栗野コミュニティ センター 大ホール	「笑い元気づくり、ラフターヨガ体験」

※参加者同士の情報交換、専門スタッフによる個別相談（希望者のみ）もあります。

<上記2つの申込み・問合せ> お電話にてお申込みください。

敦賀市役所 長寿健康課 電話：22-8181