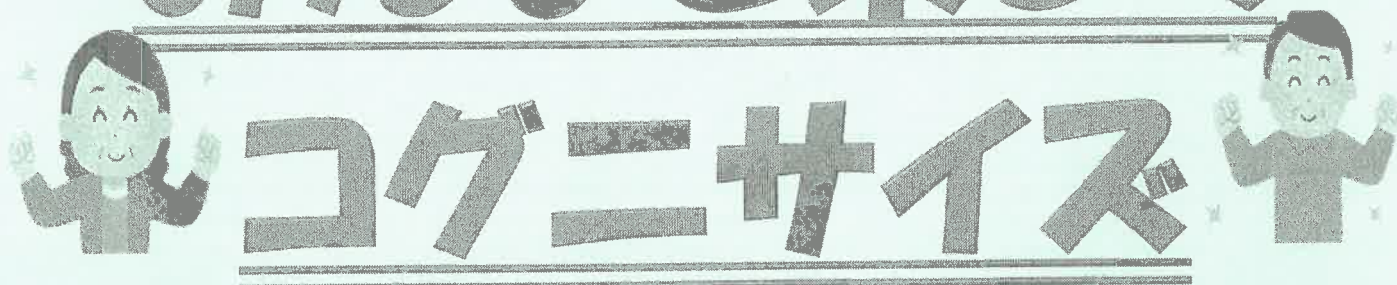


回覧

芳賀郡 4 町在宅医療・介護連携推進事業 住民向け講演会
《あたまとからだを使った認知症予防》

みんなで楽しく

コグニサイズ



令和 8 年 10 月 21 日 (水)

会場 益子駅舎 2 階多目的ホール

時間 13:30～15:00 (開場 13:00)

参加
無料

コグニサイズとは？

運動で体を使いながら、認知課題（しりとりや引き算等）を組み合わせたエクササイズです。

認知症予防のお話の後に皆様と一緒にコグニサイズで楽しみましょう!!



講 師:井上 宗典 氏

獨協医科大学 日光医療センター
認知症看護認定看護師

お申込みはお住いの役場まで御連絡ください

益子町高齢者支援課: ☎0285-72-8867 茂木町保健福祉課: ☎285-63-5651

市貝町長寿福祉課: ☎0285-68-1113 芳賀町健康福祉課: ☎028-677-6015

芳賀郡市医師会: ☎0285-82-3185