

楽しく脳を活性化

認知症予防普及啓発セミナーの開催

認知症は、加齢や病気などにより誰もがなる可能性のある身近な病気です。物忘れがひどくなったり、今まで出来ていたことが出来なくなるなど生活に支障をきたします。

認知症を予防するためには、楽しく脳を活性化させることが重要です。今回のセミナーでは、脳トレーニング効果のお話や、脳トレーニングの体験、日常生活に活かせる取り組み紹介を行います。

1. と き 8月2日(木) 13:30~15:00
2. と ころ ふれあいエスパ塩竈 エスパホール
3. 内 容 講 話 これからの人生を豊かに過ごすため
～脳キラッとなとりの会の活動報告から～
講師 脳キラッとなとりの会
4. その他 脳と身体の健康づくりサロンの案内
※ご希望の方にはセミナー終了後タブレットによる脳トレの体験ができます



△タブレットで脳トレを体験

* 脳キラッとなとりの会とは？

脳の活性化と健康維持を図るとともに、地域のコミュニケーションの輪を広げることが目的として、名取市内を中心に地域団体が実施する教室・講座や老人会、婦人会等で脳活性化講座を開催しています。