＼ 教えて岡田先生！ ／

みんなで防ごう 認知症

アルツハイマー型認知症を引き起こす
アミロイドβは、発症する２０年ほど前から
脳に溜まりだします。今の生活習慣が
将来の病気を予防します。

認知機能を高める身体作り

- 認知症の基礎知識が学べます。
- 認知症になりにくい ライフスタイルを紹介します。
- 認知機能を高める効果のある 運動を実践します。
- 認知症リスクを減らす食事をお伝えします。

医師 岡田 真司 先生

理学療法士 鈴木 秀弥

れんげじスマイルホール スポーツゾーン

1.27 土 11:00-12:00

講師：医療法人社団 聖稜会 聖稜リハビリテーション病院
医師 岡田 真司、理学療法士 鈴木 秀弥
参加費：無料
持ち物：飲み物、動きやすい服装（運動の実技があります）
対象：認知症予防に興味のある方
定員：25名
最小催行人数：3名
主催：指定管理者 株式会社ティップネス

申込方法 当施設受付もしくは お電話、またはQRコードから⬇

☎054-641-7715

当施設受付可能時間/
木曜を除く10時から17時
定員になり次第受付終了となります。

募集締切日1月24日（水）