

# いきいきニコニコ



認知症について考えてみませんか

## おたっしや講座

全4回  
会費は 無料

- ☆募集人数は定員 30 名程度。定員になり次第締め切ります。
- ☆講座に関心のある方なら、会員以外でも受付いたします。
- ☆申し込みは、友の会事務室まで電話でお願いいたします。
- ☆1回のみ参加でも受け付けます。

友の会事務室 ☎ 248-6702

| 日程                                | 会場    | 講座                       | 内容   | 講師                           |
|-----------------------------------|-------|--------------------------|--|------------------------------|
| 7月5日<br>(木曜日)<br>14:00～<br>15:30  | 蛸薬師会館 | 【第1回】<br>認知症患者さんの気持ちと接し方 | 認知症の患者さんの気持ちと家族が認知症になったらどのように接したらよいのかを学びます | 長町病院<br>認知症看護認定看護師<br>内海史子さん |
| 7月12日<br>(木曜日)<br>14:00～<br>15:30 | 蛸薬師会館 | 【第2回】<br>認知症を予防する運動      | いつまでも若々しく元気に健康寿命をのばすために                    | 長町病院<br>健康運動指導士<br>板橋幸子さん    |
| 7月19日<br>(木曜日)<br>14:00～<br>15:30 | 蛸薬師会館 | 【第3回】<br>認知症を予防する食生活     | 認知症を予防する食生活と生活習慣について学習します                  | 長町病院<br>管理栄養士<br>三浦朋子さん      |
| 7月26日<br>(木曜日)<br>14:00～<br>15:30 | 蛸薬師会館 | 【第4回】<br>認知症の基礎知識        | 認知症とはどんな病気か、認知症を疑うポイントや早期発見の重要性などを学習します。   | 長町病院<br>医師<br>千葉明日香先生        |

主催 仙台南健康友の会

