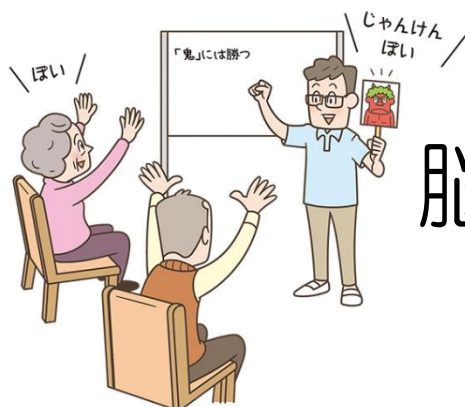


(神戸市認知症疾患医療センター認知症サロン事業)

# 体を動かす体操と



# 脳を動かす脳トシで

# みんなで、もの忘れ予防



【介護予防マーク】

## 「もの忘れ予防教室 コグニラボ」

運動・会話・知的活動は、認知機能の低下を防ぐ効果があると認められています。  
国立長寿医療研究センターのプログラム「コグニサイズ」を中心に行います。  
「コグニサイズ」の研修を受けたスタッフが運営致します。お気軽にご参加ください。

日 時：令和6年4月25日 木曜日 15:00-16:00  
場 所：御影北地域福祉センター（阪急御影駅から徒歩6分）  
対 象 者：もの忘れ予防に興味のある方  
定 員：10名  
参加方法：FAX か手渡しで申し込み用紙をご提出ください。

認知症のことについて  
相談してみたいという  
方にもおすすめ

プログラムの内容：血圧測定

自己紹介・季節をテーマに一言コメント  
ストレッチ・筋力トレーニング  
コグニサイズ  
感想・質問・アンケート  
終了



コグニラボ 2024年4月25日

(神戸市認知症疾患医療センター認知症サロン事業)

～ 申込用紙 ～

| お名前 | メールアドレス | ご連絡先 |
|-----|---------|------|
|     |         |      |
|     |         |      |

甲南医療センター認知所疾患医療センターまでご連絡ください。FAX か直接認知所疾患医療センターへお願いいたします。

受付時間：月～金（祝日を除く） 9：00～16：30

FAX は・・・

078-854-4139（直通）

認知症の鑑別診断・ご相談は・・・

甲南医療センター 神戸市認知症疾患医療センター

直通電話 078-857-8720 平日 9:00～12:00 13:00～16:30

※完全予約制です。初診のご予約には、かかりつけ医の紹介状が必要です。

神戸市認知症健診(第1段階)の医療機関から精密検査が必要と言われた方も予約可能です。

