



# 認知症について 考えよう

「認知症＝もの忘れ」というイメージが強いかもしれませんが、実はもの忘れ以外にも認知症の症状はたくさんあり、原因もさまざまです。  
また、認知症を100%予防することはできませんが、予防につながる方法もいくつか存在します。  
この講座では、認知症について・その予防に関わるお話をします。



講師 山形ロイヤル病院 作業療法士

軽い運動や  
脳トレも  
行います

脳トレに  
チャレンジ

違う文字はどこでしょう？

公務員公務員公務員  
公務員公務員公務員  
公務員公務員公務員  
公務員公務員公務員  
公務員公務員公務員

## 体組成計での健康測定も行います

- 身長
- 基礎代謝
- 体重
- 体内年齢
- 内臓脂肪レベル
- 筋肉量
- 骨量
- 体水分
- 体脂肪率
- 握力など

参加費  
無料

2023.12.16(土) 10:00-11:00

定員 20名程度(要予約)

会場 東根市職業訓練センター

〒999-3711 山形県東根市中央1丁目3-1

ご参加  
お待ちしております



### 感染防止対策について

感染防止対策を講じたうえで開催いたしますが、開催日、開催内容等が変更になる場合がございます。当日はマスク着用、検温、体調チェック、手指消毒にご協力をお願いいたします。

「首」が左側の目三：そののイノ雁

お申込み・お問合せは下記までご連絡ください

