



## 脳の健康教室のお知らせ

「最近、忘れっぽくなった」「なかなか名前を覚えられない」

「漢字が思い出せない」など気になることはありませんか。

そんなあなたの脳の機能をチェック(ファイブコグ検査)します。

健康な脳を保ち、脳の活性化、認知症予防についても学びます。

**「自分を知ることが認知症への最大の予防です」**

性別や年齢は問いません。お気軽にご参加ください。

- 1 日時 4月18日(木)午前10時～午前11時30分  
(ファイブコグ検査による認知機能検査)  
5月9日(木)午前10時～午前11時30分  
(ファイブコグ検査結果と予防学習)
- 2 場所 三郷公民館 講堂
- 3 講師 市高齢者介護課職員
- 4 定員 20人(先着順・市内在住・在勤者ならどなたでも)
- 5 参加費 無料!
- 6 持ち物 筆記用具
- 7 申込方法 4月10日(水)から 午前9時から午後5時までの間に三郷公民館(電話77-2109)電話でお申し込みください。



お問い合わせ先 三郷公民館 電話77-2109

裏面もご覧ください