

認知症予防

コロナで

なまった脳を元気に



コロナ禍において、長引く自粛生活で、認知症が気になりませんか？**認知症予防**に関する知識を学び、**脳に刺激**を与えましょう。講座を通じて、認知症予防の一つである**新しいこと（手品など）**にチャレンジしてみませんか。一緒に頑張る**仲間**も見つかるかも。

日時

令和5年6月6日～7月4日（火曜日）

午後2時～4時

【全5回連続講座】

※詳細は裏面参照

対象

原則として、**全回出席**できる

概ね50歳以上の方

定員

20名

会場

営生分館

受講料

無料（材料費100円）

※初回にお支払いください。

※保険に加入はいたしません。



申込み

5月16日（火）午前10時から（先着順）

電話、来館またはHP（HPは5月17日から）にて

申込み・問い合わせ先

営生分館（川崎市宮前区営生5-4-11）

TEL 044-977-4781

FAX 044-976-3450



申込みHPはこちら

※申込みの際の個人情報は、川崎市個人情報保護条例に基づき、事業執行の目的に限り使用します。なお、個人情報は適切に取扱います。

主催：川崎市教育委員会

実施機関：営生分館



プログラム

回	日時	学習内容	講師
1	6月6日(火) 午後2時～4時	認知症予防について 認知症になりやすい条件と、その予防について。	明治安田生命「MY講座」 講師
2	6月13日(火) 午後2時～4時	手品に挑戦 身近なものを使った手品で、手先と脳のトレーニング。気分はマジシャン。	川崎セブンスター 代表 牧野 克己
3	6月20日(火) 午後2時～4時	脳トレを体験 脳トレプリントと認知症予防運動で頭と体を使って脳に刺激を。	鷺ヶ峰地域包括支援センター 職員
4	6月27日(火) 午後2時～4時	食事から考える認知症予防 認知症になりにくい身体作りを、食事を見直して簡単レシピから取り入れよう。	レストラン川崎 管理栄養士 廣津 愛
5	7月4日(火) 午後2時～4時	手品の発表会・振り返り 手品の練習成果の披露とこれから挑戦してみたいことを発表。	川崎セブンスター 代表 牧野 克己

※諸事情により、講座の内容・日程などが変更または中止になる場合があります。予めご了承ください。

【ご来館時のお願い】

- ・手指消毒にご協力ください。
- ・発熱等、体調に不安のある時は来館をご遠慮ください。

講座に参加される方は、菅生分館HPの下記のページをご一読ください。

「菅生分館の学級・講座等に参加される方へ、感染予防ご協力をお願いします」

<https://www.city.kawasaki.jp/miyamae/page/0000119955.html>



菅生分館 案内図



ぞうしき

「蔵敷」バス停下車徒歩1～3分

※公共交通機関のご利用をお願いします。

◆宮前平駅（東急田園都市線）から【市営バス】

生01 生田駅行

宮05 聖マリアンナ医科大学前行

◆武蔵溝ノ口駅（JR南武線）・溝の口駅（東急田園都市線）から【市営バス】

溝11 新百合丘駅前行

溝17 菅生車庫行

溝16 聖マリアンナ医科大学前行

溝18 鷺ヶ峰営業所前行、聖マリアンナ医科大学前行

◆登戸駅（JR南武線・小田急線）から【市営バス】

登05 菅生車庫行、鷺ヶ峰営業所前行、宮前区役所前行