



若林・上馬 あんしんすこやかセンター合同 「アクション講座」

認知症本人の声に耳を傾けよう

人生100年時代といわれる今、認知症は誰にとっても身近なものです。

認知症があってもなくても、住み慣れたまちで暮らしつづけるために、
認知症本人の声を聴いて、一緒に考えてみませんか。

[日時] 令和8年2月2日(月) 10:00~11:30
[会場] ルネサンス三軒茶屋 24
(世田谷区三軒茶屋2-2-16)

〔内 容〕 「私にできることから始める認知症アクション講座」

- ・ご本人インタビュー
 - ・認知症について
 - ・脳トレ体操
(脳活性化メソッド「シナプソロジー®」)

脳トレ体操も
実施します。

[講 師] 若林・上馬 あんしんすこやかセンター職員

〔費用〕 無料（テキストや資料も無料で配布します）

[対象] 世田谷区在住・在勤・在学 定員・先着25名

申込み・問合せ先(事前申込制)
上馬あんしんすこやかセンター

 5430-8059

受付時間：9:00～17:00
(日曜・祝日除く)

