

9月認知症月間イベント

脳から元気！

笑顔つながる健康DAY

令和8年9月14日(月)

10:00~12:00

参加無料
申込不要

ゆめタウン廿日市 1階イベントスペース

脳の健康チェック

ご自身のスマートフォンを使いゲーム感覚で健康チェック♪
「記憶する」「考える」「判断する」など脳の健康度を
デジタルツールで見える化します！

10:30~10:45

認知症のなるほど知恵袋

認知症地域支援推進員によるお話♪
クイズもあって楽しく学ぼう！

11:15~11:30

コグニサイズで脳活レッスン

頭と身体を同時に使う、脳の筋トレ運動♪
脳の血流アップ&刺激で脳細胞が活性化！

主催：廿日市市地域包括支援センター

はっかいち西部 ☎ 30-9066
はっかいち中部 ☎ 20-4580
はっかいち東部 ☎ 30-9158
さいき ☎ 72-2828
おおの ☎ 50-0251

専門職への
相談もできます

