

認知症予防カフェ

回覧



マーサ21

認知症の人とその家族も、その支援者も、
地域にお住まいの方も、みんなが理解し合う場
として、「認知症予防カフェ」を開催します。

2月のテーマは
「笑筋トレ・心と体の健康体操」です！

開催日：令和2年2月26日(水)

時間：13時30分～15時

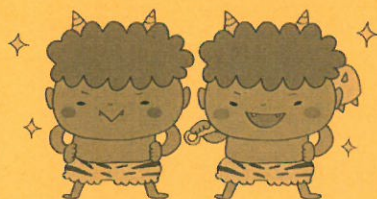
場所：マーサ21 4階ほっこり広場

※1階のミスタードーナツ前のエレベーターで4階へ♪

参加費：100円（飲み物代）

一緒に時間を過ごしませんか？

毎月第4水曜日開催予定



主催 岐阜県認知症疾患医療センター黒野病院
認知症の人と家族の会 岐阜県支部
岐阜市地域包括支援センター北部
共催 鷺山自治会連合会

令和1年度&令和2年上半期の 認知症予防カフェの予定



2月26日	笑筋トレ・心と体の健康体操
3月25日	岐阜北警察署によるお話 ～交通事故を防ぐために～
4月22日	腸内環境について ～腸から元気になりましょう～
5月27日	コグニサイズ ～体を動かしながら脳も鍛えましょう～
6月24日	みんなで脳から元気になりましょう！
7月22日	音楽療法 ～音楽を聞いて心も体もリフレッシュ～
8月26日	黒野病院 + 体操 ～みんなで知ろう！学ぼう！認知症～
9月23日	介護体験 + 体操 ～介護体験を聞いて、自分や周囲について考えてみよう～

毎月第4水曜日開催予定

～お問合せ先～

岐阜市地域包括支援センター北部

TEL:058-295-4510

岐阜県認知症疾患医療センター黒野病院

TEL:058-234-7038