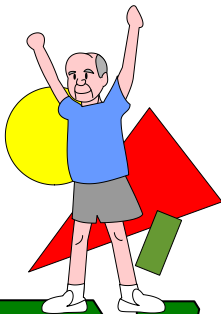


# シニアのための



元気アップ! ↑  
脳力アップ! ↑

# 認知症予防セミナー

高齢者人口の増加に伴い、認知症の方は今後増え続けると言われています。  
あなたが、あなたの大切な人が、認知症にならないために・・・ また、認知症になったときに自分らしく安心した生活が送れるように・・・ 今私たちにできることは何でしょうか？  
まずは、認知症についての正しい知識と予防法を学び、理解を深めることが大切です。  
この3回講座で、体も動かし、楽しく認知症について学んでみませんか？ レッツ♪脳トレ！

平成24年

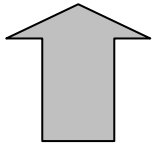
	日時	テーマと講師
第1回	3 / 14 (水)	<b>もの忘れ？それとも認知症？</b> ～認知症の正しい知識と予防～ 講師：嶋田 兼一さん（兵庫県立姫路循環器病センター 高齢者脳機能治療室 医長）
第2回	3 / 21 (水)	<b>脳トレで若返り！！</b> ～回想法で認知症予防～ 講師：田中 孝史さん（認知症予防教室「一輪会」代表）
第3回	3 / 28 (水)	<b>ガンバルンバ体操で生涯現役！！</b> ～歌にあわせて楽しく健康づくり～ 講師：松浦 香織さん（介護予防運動指導員／姫路日ノ本短期大学非常勤講師） 中谷 寿美子さん、濱田 静代さん（ガンバルンバ体操リーダー養成講座修了者）

- 場 所 第1・第2会議室（イーグレひめじ4階）※第3回はフィットネスルーム（イーグレひめじ3階）
- 時 間 午後1時30分～午後3時30分
- 対 象 おおむね50歳以上の男女30名（申込多数の場合は抽選）
- 受 講 料 900円
- 一時保育 1歳半～就学前の幼児（1人1回300円）※要予約
- 申込方法 ハガキ、ファクスか電子メールで、郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号・一時保育の有無（保育希望者は幼児の名前と年齢）を記入のうえ、下記までお申し込みください。

**申込締切**  
平成24年3月2日（金）必着

姫路市男女共同参画推進センター “あいめっせ”  
 「認知症予防セミナー」係  
 〒670-0012  
 姫路市本町68番地290イーグレひめじ3階  
 Tel 079-287-0803 / FAX 079-287-0805  
 電子メール i-messae@city.himeji.hyogo.jp  
 ホームページ http://www.city.himeji.lg.jp/i-messae/





**FAX 番号: (079) 287-0805**

以下の太線枠内をご記入の上、送信してください

平成23年度生涯現役チャレンジ支援講座②

## シニアのための認知症予防セミナー

開催日	2012年 3/14、21、28 (水)		申込日	月 日
場所	第1・2会議室 (イーグレひめじ4階) ※第3回はフィットネスルーム (イーグレひめじ3階)			
受講料	900円 ※当日お支払いください。			
①住所	〒 _____			
②氏名 <small>ふりがな</small>	_____		③年齢	歳
④電話番号	_____			
※一時保育を希望される方は、下記もご記入ください。 <small>&lt;対象&gt;1歳半~就学前の幼児      &lt;保育料&gt;1人1回300円※当日お支払いください。</small>				
⑤お子さまの 名前と年齢	<small>ふりがな</small> 名前		年齢	
	_____		歳	ヶ月
	_____		歳	ヶ月

複数人でお申し込みされたい場合は、下記へご記入ください。

住所	〒 _____	〒 _____	〒 _____
氏名 <small>ふりがな</small>	_____	_____	_____
年齢	歳	歳	歳
電話番号	_____	_____	_____
一時保育	_____	_____	_____

※ 受講の可否については、申し込みいただいた方全員に連絡します。

なお、開催日の5日前までに連絡がない場合はご一報ください。

申し込みにあたってお預かりする個人情報は、本講座以外の目的で使用することはありません。