

運動×脳トレで学ぶ！ 認知機能低下予防の新常識

要約筆記・手話通訳あり



開催日時

9月20日（土）9:00～12:50

会場

新座市民会館

講演会

講師

國枝 洋太 先生

一般社団法人 日本認知症予防学会 東京都支部 理事

定員 100名 要予約 申込順

時間

10:00～11:00

場所

ホール

対象

市内在住・在勤の方どなたでも



お楽しみ企画

自宅でもできる脳トレを
一緒に楽しみましょう！

協力

十文字学園女子大学 人間福祉学科 富井ゼミ
プラスちゃんクラブ

時間

11:00～11:10

（講演会終了後）

左／十文字学園女子大学 マスコットキャラクター プラスちゃん
右／新座市イメージキャラクター ゾウキリン



ブース展示

認知症に関するパネル展示や、
話題の健康関連商品をご紹介します！

時間

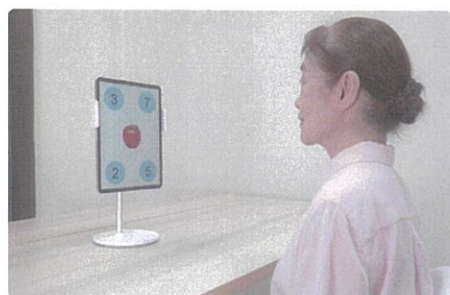
9:00～9:40／11:10～12:50

場所

ホワイエ（ロビー）1F・2F
第二庁舎1F 市民ギャラリー



簡単！いきいき脳チェック



定員 80名 要予約 抽選

タブレットを約3分
見るだけで、
脳の健康度が計測できる
MIRUDAKE（ミルダケ）を
体験できます！

※認知症の診断はできません

時間

9:00～9:40／11:10～12:50 ひとり10分程度

※参加時間枠は、実施時間内10分ごとに設定します。

対象

市内在住の65歳以上の方で、
認知症の診断を受けていない方

場所

ホワイエ（ロビー）



気になる症状
なんでも相談会

定員 8組 予約優先

もの忘れなどの気になる
症状について、
専門職が相談に応じます。

1組30分
程度

時間

① 9:00～ ② 11:15～
③ 11:45～ ④ 12:15～

対象

市内在住・在勤の方どなたでも

場所

ホワイエ（ロビー）