

# 認知症を遠ざける

## 脳を元気にする方法



### お話&体験会

頭は体と一緒に、鍛えなければどんどん衰えていきます。

その上、体を動かすための指示も意欲も **脳** からになります。

イキイキと暮らし続けるために、何をすることが効果的なのか、

東北大学・川島隆太先生の研究から生まれた脳の健康維持法です。

豊田市官民連携  
介護予防  
「ずっと元気！」  
プロジェクト

ご参加ください

● 日時 5月7日(火)

13:30~14:30

無料

● 会場 豊寿園 大広間 (申込不要 直接お越し下さい)

● 対象 豊田市内在住の60歳以上の方

6月にも小規模で開催します!

無料

● 日時 6月4日(火) 10:00~11:00

● 会場 豊寿園 教養棟 ● 定員 20名(先着順) ● 対象は同上

● 申込必要 4/13~豊寿園にて(電話あるいは直接現地申込にて)



問合せ先 豊田市老人福祉センター豊寿園 (TEL0565-27-2200)

住所 豊田市渡刈町5-200

主催 KUMON 学習療法センター (TEL03-6836-0050)

東京都港区高輪4-10-18京急第1ビル