

認知症予防は



歩き方と食べ方から

～健康づくりの第一歩～

講師 谷口 優(たにぐち ゆう) 氏

国立環境研究所 主任研究員

▶認知症予防研究の第一線で活躍。

2019年より現職にて研究・講演会活動を行う。

2022年6月NHK「あしたが変わるトリセツショー」に出演したほか、著書「認知症の始まりは歩幅でわかる：ちょこちょこ歩きは危険信号（主婦の友社）」など。

【日時】令和4年9月28日(水)

午後2時～4時(午後1時30分受付開始)

事前申込
必須

※入口での3密を避けるため、受付開始時間以降のご来場をお願いします。

【場所】みなみん(南公会堂)

【対象】介護予防に関心のある区民の方 **先着250人**

【申込】8月22日(月)午前9時から

電話、FAXまたは右記の電子申請フォームにて受付開始

(申込締め切り：9月16日(金)午後5時まで)

電話：341-1140 FAX：341-1144(申込書裏面)

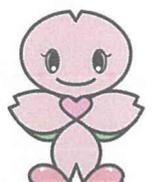


↑電子申請はこちら↑

参加者全員にネックストラップ(1本)をプレゼントします♪

◆当日お越しになる前に体調確認を行い、**発熱(37.5℃以上もしくは、平熱より1℃以上高い)、風邪症状(咳、のどの痛み等)**がある場合は参加をお控えください。

◆**マスクの着用**、来場前後での手洗い等感染予防対策にご協力ください。



南区マスコットキャラクター
みなっち