

＼脳年齢を測定してみませんか？／



脳の健康度チェック会

認知症は、誰でもかかる可能性のある身近な病気です。
元気に自分らしい生活を送るために
体の健康と同じく「脳の健康」も大切です。
自分の脳の健康度を意識することに
遅すぎるとか早すぎるといことはありません。
脳の健康度をチェックしてみませんか？

認知症予防
ミニ講座
付きです

チェック方法

○タブレット画面の「はい」「いいえ」に
タッチして、トランプゲーム感覚で、
簡単に脳年齢を測定します

○測定時間は約 15 分です

※タブレット端末は事務局でご用意いたします
※タブレット操作についてはスタッフがサポート
いたしますので、操作に自信のない方でも安心
してチェックいただけます



開催日

令和8年
3月3日(火)

※内容は各回すべて同じです

会場

中央公民館 第1・第2研修室

対象

市内在住で 65 歳以上の方

	受付時間	定員	内 容
1回目	10:00	8人	・脳の健康度チェック + ・認知症予防ミニ講座
2回目	11:00	8人	
3回目	13:30	8人	※上記二つの内容で 1回あたり約 50 分 です
4回目	14:30	8人	

【問い合わせ・申し込み先】

※ご希望の方は下記までご連絡ください

本宮第一地域包括支援センター

☎0243-24-6220

本宮市 保健福祉部 高齢福祉課

☎0243-24-5204