

健康教室を開催します！！

それって認知症？ ～物忘れとの違いとは～

「認知症」と「物忘れ」って何が違うのでしょうか？「認知症」って「物忘れ」がひどくなったものじゃないの？と考えがちではないでしょうか？

「認知症」とは、脳の病気です。日本全体で見れば、2025年には730万人の人が認知症になるといわれており、65歳以上の高齢者のうちの5人に1人がなってしまうことが予測されています。三原市で見ても、2025年度には、65歳以上の高齢者のうち、7035人の人が認知症になると予測されています。

「認知症」は身近な病気であり、三原市高齢者福祉計画策定にかかるアンケートでも、63.6%の人が「認知症」にかかることに対して不安に思っていることが明らかになりました。

今回の健康教室では、「認知症」が防ぐことができる病気であることを認識するとともに、「どう防ぐか」というその方法について実践を交えながら、みんなでいっしょに学びましょう！

と き 令和6(2024)年2月28日(水)

10時00分～11時30分(受付9時30分から)

(希望者は9時30分から血圧が測れます！)

ところ 三原市人権文化センター 2階大会議室

内 容 (1) 出前講座 ①「それって認知症？～物忘れとの違いとは～」

②「いきいき百歳体操に取り組んでみよう」

～実際にみんなで「いきいき百歳体操」をします～

講師：三原市高齢者福祉課 保健師 十樂真帆

(2) 施設紹介 高齢者相談センター 大空

(3) 食事紹介 (食事の試食があります！)

及び試食

定 員 40名(先着順、要申し込み(申込2月1日(木)～2月21日(水)))

申込み 電話・FAX・LOGO フォーム(右上の申込みフォーム)から



主 催 三原市人権文化センター(人権推進課)

共 催 三原市食生活改善推進員協議会三原支部 長谷地区

協 力 長谷町内会、長谷女性会、高齢者相談センター大空

(三原市西部地域包括支援センター大空)

問い合わせ及び 三原市人権文化センター(三原市長谷一丁目6番1号)

申し込み先 電話 0848-66-1111 FAX 0848-66-1112