

参加者募集

# 認知症予防ボランティア養成講座

認知症予防のための基礎知識を身につけ、脳トレーニングや体操など実技を学び、認知症予防の取り組みを地域で広げるボランティア活動を始めませんか？

9月25日（火）13:30～16:00

9月26日（水）13:30～16:00（全2回）

住吉区民センター図書館棟 2階集会室4

（住吉区南住吉 3-15-56）

## ◎プログラム（全2回）

### ◆1日目（9月25日）～座学を中心に

- ・健康寿命をのばすには？
- ・認知症とは？ 認知症を取り巻く状況
- ・認知症の予防と生活習慣

### ◆2日目（9月26日）～実技を中心に

- ・脳はつつゲームを体験してみよう♪
- ・認知症予防ボランティア活動の実際
- ・ボランティア活動を始めてみよう

★修了後、活動場所での体験が可能です。（任意）

★講座を修了された方は、ボランティアグループへ参加することができます（月会費 100 円必要）

◎対 象：区内在住、在勤、在学の方で、活動に関心のある方

◎定 員：30名（多数抽選）

◎参加費：無料

◎申込み：9月18日（火）までに、電話、FAX、来所で、①お名前②年齢③ご住所④（昼間連絡のつく）連絡先をお知らせください。

《問合せ》住吉区社会福祉協議会 TEL 6607-8181 FAX 6692-8813  
〒558-0021 住吉区浅香 1-8-47

共催：ボランティアグループ脳ばんざ〜い・住吉区社会福祉協議会

