

健康講座「認知症を知る」 開催のご案内



健康で長生きしよう！

現在、高齢者の4人に1人が認知症又はその予備軍と言われており、認知症は身近な病気になっています。そこで、認知症について正しい知識を得るとともに、「しゃんしゃんバランス体操」で認知機能を向上させ、いつまでも健康な生活が送れるようにしましょう。

【内 容】

・講演 「認知症を知る第一歩」

～認知症と予防活動について～

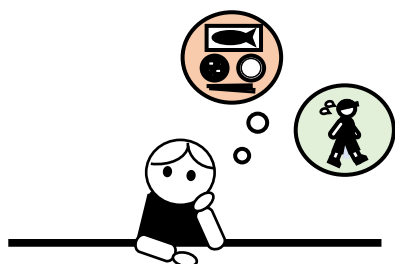
講師 広島市認知症地域支援推進員

俵 輝己さん

・運動 「しゃんしゃんバランス体操」

講師 東原・祇園東地域包括支援センター

阿部 夏実さん



【日 時】 令和7年（2025年）9月25日（木）

10時00分～12時00分

【場 所】 祇園公民館 3階ホール

（安佐南区西原一丁目13番26号）

【対 象】 原南学区町内会員・一般市民 20名（先着）

【参加費】 無料 ※高齢者いきいき活動ポイント対象事業

【主 催】 広島市祇園公民館・原南公衆衛生推進協議会



9月3日(水)
受付開始

【申し込み・問い合わせ先】 （公財）広島市文化財団祇園公民館

〒731-0113 広島市安佐南区西原一丁目13番26号 TEL (082) 874-5181

受付時間：（月・水・土・日）8:30～17:15（木・金）8:30～21:00 休館日：火曜日・祝日等