大塚公民館、大塚・伴南学区社会福祉協議会、広島市戸山・伴・大塚地域包括支援センター：共催

第７回～認知症を理解しよう～

認知症の人とその家族にやさしいまちづくり

大塚地区では、講座と本の展示会を始め、多くの方が認知症について学び、理解する機会づくりに取り組んでおり、今年度は計２回の講座を開催します。２回目は『認知症の予防と備え』です。楽しい健康体操もご紹介します。講座とテーマに関連した本の展示も行いますので、ぜひご来場ください。

令和８年

12/6(日)

10:00～12:00

【開場・受付】9:30～

場所／大塚公民館

（広島市安佐南区大塚西６丁目 3-2）

大集会室

※オンライン（Youtube 視聴）は翌日から可

定員／50 名（先着申込順）

参加費／無料



◎講演内容

①『認知症の予防と備え』

「認知症の予防と備えは具体的にどうしたらいい？」そんなお悩みを解消できる対策をお伝えします！

講師：広島都市学園大学　馬屋原康高 教授

②『健康寿命を伸ばそう！楽しい健康体操』

「健康寿命を伸ばしたい」「健康体操も楽しくやりたい！」そんなご要望に広島修道大学の学生たちが体を張って考えました。心も体も軽くなる楽しい健康体操をご紹介します。

講師：広島修道大学「地域つながるプロジェクト」学生のみなさん

※会場内でのマスク着用は任意とします。
※この講座は、高齢者いきいきポイント活動の対象です。手帳をお持ちの方はご持参ください。

≪申込受付期間及び申込先≫

１１月１日（日）～１２月５日（土）まで

＜申込先＞大塚公民館/082-849-1841
または来館してお申込みください

★オンライン視聴もできます！

各講座は大塚・伴南学区社会福祉協議会のホームページにて公開します！ぜひご覧ください。

https://www.com-net2.city.hiroshima.jp/ozukatomominami/

←コチラの QR コードを読み取ると、上記ホームページへつながります。

本の展示会

令和８年 11 月 28 日（土）
～令和８年 12 月 13 日（日）

場所／大塚公民館２階 フリースペース

講座のテーマに沿った認知症に関する本を約 40 冊展示します。閲覧スペースもあり。認知症に関するパンフレット等情報紙などもあります。ぜひ、お越しください。

「認知症サポーター養成講座」を受講した大塚中学校３年生の感想文も展示しています！