

みんなで広めよう認知症予防！認知症になっても安心して暮らせるまちをつくるために！

## 認知症予防リーダー養成講座



認知症予防に関する知識や手法を学び、地域に広めていただく方（認知症予防リーダー）を養成します！

認知症予防リーダーのように、人のための役割意識を持った活動を行うことが、何よりの認知症予防になることも分かっています！

さあ、あなたも参加しましょう！

### 講座内容

日時：年3回あります。  
(変更になる場合があります。)

5月～6月

8月～9月

11月～12月

全8回受講出来る方

会場：港福社会館

対象：市内在住の60歳以上の方

定員：5名（先着順）

### 申し込み方法

#### 申込予定日

1回目 3月11日～4月20日

2回目 6月11日～7月20日

3回目 9月11日～10月20日

申込用紙に住所・氏名・生年月日・電話番号を記入の上港福社会館窓口までご応募ください。

## 講座スケジュール

時間：13時30分～15時30分

**\* 日程が決まり次第HPにUPします。**

回	日程	講座内容
1	平成〇年〇月〇日（金）	認知症予防リーダーとは
2	平成〇年〇月〇日（金）	認知症の理解とサポート
3	平成〇年〇月〇日（木）	リーダー活動の実際
4	平成〇年〇月〇日（金）	実習（認知症予防教室）
5	平成〇年〇月〇日（金）	地域で活動する為の心得

リーダー養成講座は、下記の講座も受講して、修了となります。開催時期は別途ご案内いたします。

◎回想法研修＜2日間＞

◎脳賦活運動（コグニサイズ）＜1日間＞