令和7年度　みんなで知ろう認知症月間

認知症予防普及啓発 講演会

認知症に備える
～早期発見・対応の取り組み～

認知症への備えとして、ご自身の「あたまの健康」を定期チェックすることやバランスの取れた食事、適度な運動外出機会を増やしたり、社会活動へ参加、知的活動の実践などが推奨されています。

講演会では、実例をもとに、「あたまの健康」を応援する日常の取り組みなどをご紹介いただきます。

日時
2025年
9月27日（土）
14:00－15:30
開場　13:30

会場
cocobunjiプラザ
リオンホールAB
（JR国分寺駅直結　施設）

講師

よこやま　くにひこ
横山　邦彦　先生
白山石川医療企業団　副企業長
公立松任石川中央病院　PETセンター長

お申込みは専用フォームから

お問合わせ
国分寺市高齢福祉課地域包括ケア担当
☎042－312－8642（月から金　午前9時から午後5時まで）

講演会に参加の皆様へ

あたまの健康チェック会

予約受付のご案内

あたまの健康状態を確認しながら
生活習慣の見直しや健康づくりを始める
きっかけとしましょう

あたまの健康チェック®の概要を見てみよう

市内各所で開催

各回定員100名

講演会後、会場でも予約を受け付けます

	実施日	時間	会場	申込開始
第１回	令和7年10月11日(土)	午前10時~午後5時	もとまち公民館	9月2日(火)
第２回	令和7年10月25日(土)	午前10時~午後5時	ひかりプラザ	9月2日(火)
第３回	令和7年11月15日(土)	午前10時~午後5時	本多公民館	9月2日(火)
第４回	令和7年11月29日(土)	午前10時~午後5時	いずみプラザ	9月2日(火)
第５回	令和7年12月　6日(土)	午前10時~午後5時	並木公民館	9月2日(火)
第６回	令和8年　1月10日(土)	午前10時~午後5時	いずみプラザ	9月2日(火)