



# 介護予防教室開催のお知らせ

長野市地域包括支援センター 長野松代総合病院

9月の介護予防教室の内容は「認知症予防の手作業」です。

楽しくおしゃべりをしながら手や指先を動かすと、脳の広範囲に刺激を与えます。

皆さんと一緒に認知症の予防や脳の活性化につなげましょう。

日時	<b>9月26日(水)</b> <b>10:00~11:30</b>
場所	松代公民館 講義室 1
内容	認知症予防のための作業活動 その2 <b>小物入れづくり</b> ・日常生活の中で行える 認知症予防法を紹介する ・自宅にあるものを再利用し、 ものづくりを行う  ※持ち物：空のティッシュボックス、 はさみ、ペン、定規
講師	作業療法士 加瀬 優夏 (長野松代総合病院)

【お問い合わせ先】

**長野市地域包括支援センター 長野松代総合病院**

**電話:278-2058**

\* 駐車場は公民館に数台分ありますが、満車の場合は  
長野松代総合病院第3駐車場にお停めください。

\* 参加費は無料です。

「不安なの…。だから何度も同じこと」

平成29年度認知症啓発標語入選作品 傳田 茜さん作

