

1月の高齢者支援推進事業 「コグニ体操」

コグニサイズとは、国立長寿医療センターが開発した運動と認知課題（計算やしりとり等）を、組み合わせた認知症予防を目的とした取り組みのことを言います。



香川県でも普及・啓発を目指しており、その指導を受けられた専門の方が、今回は講話やコグニサイズ体操をしていただく予定です。

お忙しいとは存じますが、お誘い合わせてお越し下さるようご案内いたします。

日 時 令和 6 年 1 月 9 日（火）
13:30 ~ 14:30

場 所 香南社会福祉センター 2階ホール

講 師 医療法人社団以和貴会 いわき病院
作業療法士 村上 太気 氏

参加費 無料

※軽く体を動かせるような服装等のご準備をお願いします。

りんご

ゴリラ

パイナップル

ラッパ

☆お問い合わせ・お申し込みは

☎ 879-7294

香南老人介護支援センター

（香南社会福祉センター内）

担 当 ： 和 泉 ・ 水 本