四絡地区の皆さま

R8年11月20日

10年後も元気に暮らしたいあなたへ

笑って、話して、脳いきいき



認知症を知り、元気に暮らすヒントを学びませんか。

こんなお話をします

- 物忘れと認知症、どう違う？
- 見逃したくない、早めのサイン
- 笑う・話すが脳にいいわけ
- 今日からできる暮らしの工夫



講　師　横山 淳美

島根県立大学看護栄養学部 診療看護師（NP）

2026年12月15日（火）　10時～11時30分

四絡コミュニティセンター（大ホール）

参加費無料

定員５０名

主催・お問い合わせ・お申込み

四絡コミュニティセンター　健康増進部

TEL　21−0369　FAX　21−0370

１２月１５日　健康講座お申込み

申込〆切１２月４日（金）

氏名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿　ご連絡先＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

ご住所＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

