

認知症にならないために 〈全3回〉

認知症とは何か、どうして問題なのか、
予防するためにはどうしたらよいかなど、
具体的な手段を学んで実践することで、
健康寿命の延伸を目指しましょう。

講 師

中野 渉
(健康科学部 准教授)



第1回 11月8日(火)
10:00-12:00

認知症を知ろう

第2回 11月22日(火)
10:00-12:00

認知症発症に関わる
リスク因子を知ろう

第3回 12月6日(火)
10:00-12:00

認知症リスクを
増やさない生活習慣

会場

静岡市西部生涯学習センター

受講料

1,500 円 (教材費)

申込方法

お電話にて静岡市西部生涯学習センターまでお申し込みください

054-255-3960

令和4年10月4日(火)10時00分～
10月23日(日)20時00分

定員

どなたでも 30 名

(先着順での受付になりますので、定員に達した時点で募集を締め切らせて頂きます)
※原則として、ご提供いただいた個人情報は、本事業の目的以外には使用いたしません。ただし、新型
コロナウイルス感染拡大防止のため、必要に応じて保健所等の公的機関に提供することがあります。

新型コロナウイルスの感染拡大防止対策を実施しております。参加に当たりましては、検温の実施、マスクの着用をお願いいたします。また、体調不良(37.5度以上又は平熱比1度超過の発熱、咳、のどの痛み、強いだるさ等)の場合は、参加をお控えください。ご理解、ご協力のほど、よろしくお願ひいたします。なお、状況によって講座の変更、中止の場合がございます。ご了承ください。

公益財團法人
静岡市文化振興財団
Shizuoka City Cultural Promotion Foundation

お問い合わせ先 静岡市西部生涯学習センター

〒420-0068 静岡市葵区田町三丁目46番地の5 TEL 054-255-3960

認知症にならないために <全3回>

講師 健康科学部 准教授 中野 渉



〈第1回〉認知症を知ろう

11月8日(火)
10:00~12:00

認知症は発症しないことが重要です。

認知症の症状や経過について学習し、認知症予防の重要性を理解しましょう。

〈第2回〉認知症発症に関わるリスク因子を知ろう

11月22日(火)
10:00~12:00

認知症発症を予防するためには、認知症発症の危険性を高める要因(リスク因子)についての理解が欠かせません。認知症発症のリスク因子とその対策について学習します。

〈第3回〉認知症リスクを増やさない生活習慣

12月6日(火)
10:00~12:00

毎日の生活習慣の改善により、認知症発症の危険性を減らすことができます。
具体的な方法について考え、実践に結び付けましょう。

申込方法

※お電話にて静岡市西部生涯学習センターまでお申し込みください。

電話申込

054-255-3960 (静岡市西部生涯学習センター)

令和4年10月4日(火)10:00~
10月23日(日)20:00

先着順での受付になりますので、定員に達した時点で募集を締め切らせて頂きます。

※原則として、ご提供いただいた個人情報は、本事業の目的以外には使用いたしません。

ただし、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、必要に応じて保健所等の公的機関に提供することがあります。

会場案内図

静岡市西部生涯学習センター (指定管理者 公益財団法人静岡市文化振興財団)

〒420-0068 静岡市葵区田町三丁目 46 番地の 5 TEL. **054-255-3960**

URL <https://sgc.shizuokacity.jp/>

バス

(JR静岡駅北口8番線のりば)

- 西部循環線(中町回り)「田町四丁目」下車
- 西部循環線(駒形回り)「田町四丁目」下車

駐車場

駐車台数に限りがありますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。※満車時はご容赦ください。



つながる、ひろがる、つくりだす。