

100歳 おめでとうございます

次の皆さんが、100歳を迎えられました。これからも元気で過ごしてください。



今井 英次 さん
(磯部)



掛川 みや子 さん
(松井田町八城)



原田 ひで子 さん
(安中)



福安 きみ江 さん
(松井田町新堀)

認知症予防講座・脳の健康教室を開催します

☎困高齢者支援課地域包括支援センター
(☎内線1193)

■認知症予防講座

「脳を鍛えて認知症から守る ～効果的な読み書き計算を学ぼう～」

現代の医学では、認知症を100%予防することはできません。発症を遅らせる方法として、読み書きや計算が有効とされていますが、それだけをただ繰り返せばよいわけではありません。脳の基礎知識を理解し、脳を健康に保つ具

体的な方法を学びませんか。

☎11月19日(水)

☎午前10時～11時30分

☎基幹集落センター1階

講師 (株)公文教育研究会脳の健康教室エリアマネージャー、峯尾潤先生

☎認知症予防に興味関心がある市民

☎脳の基礎知識、脳の健康教室で使用する学習教材の体験

☎無料

☎筆記用具

☎先着50人

申込開始 11月5日(水)午前9時～

※申し込みは本人か家族限定



■脳の健康教室

認知症予防講座で紹介する学習教材を使用した脳の健康教室の受講者と、受講者の学習支援を行う教室サポーターを以下のとおり募集します。



	受講者	教室サポーター
内 容	公文式の学習教材を使い、読み書き計算と磁石すうじ盤(数字並べ)を、サポーターや他の受講者と一緒に行います。	1～2人の受講者とコミュニケーションを取りながら学習の進行や採点、記録などのサポートや教室準備・片づけなどを行います。
日 程	令和8年1～3月の毎週水曜(2月11日除く) ※全11回	
時 間	①午前10時～/②午前11時～ (各40分)	午前9時30分～正午
場 所	松井田庁舎・大会議室	
対 象	11月19日(水)開催の認知症予防講座を受講した65歳以上の人。	明るく受講者との会話を楽しむことができ、12月24日(水)開催のサポーター研修に参加できる人。
定 員	①・②ともに10人	10人程度
その他	3か月分の教材費3,600円が必要(返金不可)	サポーターとしてご協力いただいた人に市電子地域通貨UMECAのポイントを進呈
申込期間	11月19日開催の認知症予防講座終了後から11月28日(金)まで。※定員を超えた場合は抽選	