

令和元年度 第4回健康講座 「認知症予防～脳を活性化しよう！～」開催要項

- 1 目的 認知症について理解し、少しでも発症を遅らせることができるよう予防方法等について具体的に学ぶとともに健康寿命の延伸への関心を高め、実現に寄与することを目的とする。
- 2 主催 群馬県立ふれあいスポーツプラザ
- 3 日時 令和2年3月3日(火) 13時15分～14時40分(受付:13時～)
- 4 会場 群馬県立ふれあいスポーツプラザ 体育室
- 5 講師 群馬県立県民健康科学大学看護学部 講師 樋口友紀氏
" 講師 福島昌子氏
- 6 参加対象 障害者、高齢者(65歳以上)、その他
介助を必要とされる方は、介助者同伴で参加してください。
- 7 内容 認知症の基礎知識や日常生活における注意や工夫、予防のための体操やゲームを行います。
- 8 定員 30名
・申込多数の場合は、障害者、高齢者を優先し、その他の方は抽選とします。
・申込人数が10名以下の場合は中止することがあります。
・参加の可否については、下記の期間にプラザに確認してください。
2月20日(木)～2月22日(土)9時～17時(12時～13時除く)
- 9 参加費 無料(障害者、高齢者以外の方は、施設使用料がかかります。)
障害者手帳をお持ちの方、65歳以上の方は、当日までに「利用証」発行手続きを済ませてください。
- 10 申込締切 令和2年2月16日(日)
- 11 申込方法 別紙申込書に必要事項を記入のうえ、持参・FAX・郵送のいずれかでお申し込みください。
① 持参の場合 開館日の9時～17時にお持ちください。
② FAX の場合 送信後、開館日の9時～17時に電話で、受信の確認をしてください。
③ 郵送の場合 令和2年2月16日(日)必着
- 12 申込問合先 群馬県立ふれあいスポーツプラザ 健康講座担当:金谷・井川
〒379-2214 伊勢崎市下触町238-3
TEL:0270-62-9000 FAX:0270-62-8887
* 当館ホームページの問い合わせメールよりお問い合わせください。
<http://www.sunfield.ne.jp/~fureai> または、インターネットで「群馬県立ふれあいスポーツプラザ」と入力し検索してください。
* 連絡等は開館日の9時～17時(12時～13時除く)にお願いいたします。

- 13 その他
- ①申込後参加できなくなった場合には、担当者まで必ずご連絡ください。
 - ②プラザ広報誌や報道機関等による写真や映像の撮影及び放送がある場合があります。ご理解、ご協力をお願いします。
 - ③収集した個人情報については、事業運営に必要な目的以外には使用いたしません。
 - ④当日は、飲み物(水分補給用)、タオル、室内用運動靴を持参してください。

令和元年度 ふれあいスポーツプラザカレンダー

令和2年

12月							1月							2月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7				1	2	3	4							1
8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8
15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15
22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22
29	30	31					26	27	28	29	30	31		23	24	25	26	27	28	29

は、休館日です。