

# 2024年 NPOCATS 健康セミナー

## 認知症にならないクラブ

参加無料



人生100年時代のいま、60歳以上の高齢者の最大の関心事は、「認知症にならない」長生きすれば、誰も避けることができない病です。

「認知症にならないクラブ」では、現在知られている認知症予防策をブレンドした認知症にならない処方箋を策定し、クラブ活動を通して普及・啓蒙します。

いま、やっておくべき  
ことを、楽しく  
考えましょう!

### 10/26 (土) 10:00▶11:30

内容は毎回変わります

講師：池上敬一 医師 (NPO 法人地域医療の質向上協議会 代表理事)  
三条ただ郷クリニック院長 (新潟県三条市)  
1998~2016年 獨協医科大学越谷病院救急医療科・救命救急センター センター長



### 参加資格

- 60歳位から
- 認知症にならない生活習慣を身に付けたい
- 認知症にならない生活習慣を続けたい

### 処方箋

- 認知症にならない体のトレーニング
- 認知症にならない頭のトレーニング

動きやすい服・靴で  
お越しください。  
持ち物：飲み物、タオル

当日、会場に  
お越しください!

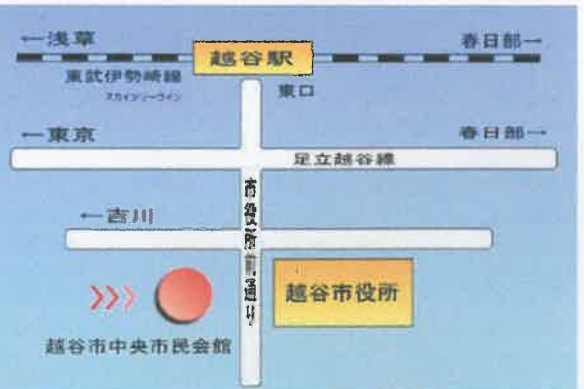
連絡先：大久保 090-8485-4657  
つながらない時は何度かおかけ直しをお願いします。

場所：越谷市中央市民会館  
5階 第2・3会議室  
埼玉県越谷市越ヶ谷四丁目1番1号



初めての方も  
どうぞ!

LINE



主催：NPO 法人地域医療の質向上協議会

ホームページ

埼玉県越谷市東越谷 6-26-8 E-mail: kanja@npocats.net

