

まほろば秦野通信

平成28年1月7日

秦野市市長室広報課

タイトル	認知症予防ってどうやるの？「みんなで楽しく歌体操」
When (いつ)	平成28年2月12日(金曜日) 午後1時半～3時半
Where (どこで)	総合体育館サブアリーナ
Who (だれが)	高齢介護課主催
What (なにを)	認知症予防についての講話と歌体操の体験
How (どのように)	<p>認知症予防歌体操研究所から講師を招き、認知症予防についての講話、参加者に歌体操の体験を行っていただきます。</p> <p>歌体操とは</p> <p>世界の唱歌や懐メロなどの音楽に合わせて歌いながら、ストレッチ・筋トレ・リズム体操などを行うものです。</p> <p>参加費 300 円。定員 200 名。持ち物は、室内靴、水分、フェイスタオル。</p>
Why (なぜ)	<p>超高齢社会を迎え認知症の発症者数は、全国推計 500 万人とも言われます。団塊の世代が 75 歳の後期高齢者に到達する 2025 年まであと 10 年。今後、後期高齢者人口の増加に伴い、認知症高齢者数の増加は避けられない状況です。そこで、高齢者自らが認知症予防に取り組み、可能な限り自立した日常生活を送ることができるように、初心者でも楽しみながらできる歌体操を体験する場を設けるものです。</p>
過去の実績	今回初の試み
今後の取り組み	介護予防事業や出前講座などを通じて、認知症予防に関する知識や技術の普及啓発を行います。
問い合わせ	福祉部高齢介護課在宅高齢者支援担当 担当：有延 電話 0 4 6 3 (8 2) 7 3 9 4