

# まほろば秦野通信

令和4年5月13日

タイトル	<b>楽しく認知症を予防しよう 脳の健康教室8期生募集中</b>
When (いつ)	受講者説明会：5月30日（日曜日） 講座：6月6日（月曜日）～10月24日（月曜日）計20回
Where (どこで)	保健福祉センター (所在地：秦野市緑町16番3号)
Who (だれが)	運営：秦野市シルバー人材センター 教材：東北大学・川島隆太教授の世界最新の脳科学研究から生まれた脳トレーニング教材を使います。
What (なにを)	この講座は、65歳以上の高齢者へ認知症予防を目的としているほか、毎日の「読み、書き、計算」の実践による脳の活性化を促すことで、生活機能の向上を目指すものです。 また、参加者同士や学習サポーターとの交流により、周りから刺激を受けることで健康寿命を延ばし、「通いの場」を作ることで高齢者の閉じこもり予防効果も期待されます。
How (どのように)	週1回、5カ月間にわたって開催します。教室のない日も毎日10分程度でできる教材をお渡しします。
Why (なぜ)	元気な高齢者を対象に、「認知症予防を通じた脳の健康づくり」、「仲間づくり」、「地域社会への参加促進」を目的としています。
How much (費用)	教材費として月1,100円（税込）。
過去の実績	・平成30年度から開催しています。 ・YouTube「くもん、いくもん♪チャンネル」で脳の健康教室 秦野市編が特集されました。(http://youtu.be/j5Q6oD9_qhE)
今後の予定	・9期生受講者説明会：10月31日（月曜日）、講座は、11月7日（月曜日）～令和5年3月27日（月曜日）にわたり開催します。
問い合わせ	高齢介護課 高齢者支援担当：須山 電話：0463-82-7394