

脳に良いことしてますか？ 脳の若返りの秘訣をお伝えします！

脳健康セミナー &

参加費無料！

「みんなで脳力アップ教室」新規開講サポーター説明会

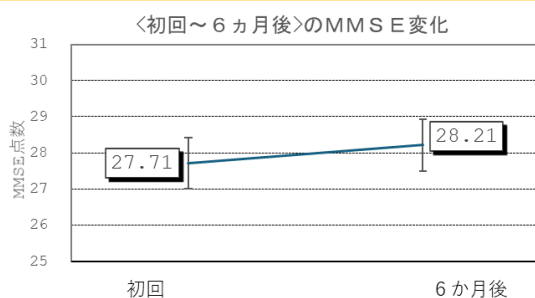
「どこに置いたのか、思い出せない。」または「顔は浮かぶのに名前が思い出せなかった…」ということはありませんか？

まだ大丈夫と思っていても少しずつ脳機能は低下していきます。脳もカラダと一緒に、積極的に活用すると機能が衰えずに健康でいられます。

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の健康維持法をもとに「どうすれば認知症が予防できるか」を分かりやすく解説します。

9月から始まる「みんなで脳力アップ教室」についてもご案内します！

みんなで脳力アップを
目指しましょう！



令和6年度に開催した会場で、MMSE（認知機能を客観的に評価する検査）を実施したところ、認知機能の向上が見られました!!

日 時

2025年7月11日(金曜日) 13:30～15:00
(開場 13:00)

場 所

衣川コミュニティ・センター 1階 講義室
明石市田町2丁目1-18

内 容

- ・認知症や脳に関する基礎知識
- ・頭の健康を保ちいつまでもイキイキと元気であるために大切なこと
- ・「みんなで脳力アップ教室」の教室サポーター募集 詳細は当日説明

講 師

公文教育研究会 学習療法センター
兵庫エリアマネージャー 田中 仁美

定 員

50名（応募多数の場合は抽選、結果は後日連絡させていただきます。）

申込方法

- ・電話又はメール、ファクシミリ(住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレスを記入)で受付
- ・6月27日(金)〆切

申込み先
&
問合せ先

明石市福祉局高齢者総合支援室 高年福祉係
電話:918-5288 / FAX:918-5106
メールアドレス:kaigoyobou@city.akashi.lg.jp

裏面もあります

申込み〆切:2025 年 6 月 27 日(金)

脳の健康セミナー &「みんなで脳力アップ教室」 新規開講サポーター説明会

FAX での申込み用紙(FAX:918-5106)

2025 年 月 日

氏名・年齢・住所・電話番号をご記入の上、上記 FAX 番号まで送信してください。
電話やメールでの申込みも可能です。メールで申込みされる場合は、下記の内容を記入して下記メールアドレスへ送信してください。

(フリガナ) お名前		年齢	歳
住所	〒		
電話番号			

※ご記入いただいた情報は、脳の健康セミナー&「みんなで脳力アップ教室」新規開講サポーター説明会に関するお知らせのために利用します。

【問い合わせ・申込み】

明石市高齢者総合支援室 高年福祉係

TEL 918-5288 / FAX 918-5106

メールアドレス kaigoyobou@city.akashi.lg.jp