

高知県立大学健康長寿センター 体験型セミナー

「認知症」についてどのくらいご存知ですか？

認知症を予防する食事や運動について分かりやすく解説します。展示・体験コーナーでは脳を活性化させるレクリエーション体験、認知症予防のための食事をご紹介します、ご質問をお受けします。

開催日時

平成25年11月23日(土)
13時30分～15時00分
(13時開場)

場所

香美市立中央公民館 1階大ホール
(香美市土佐山田町宝町2丁目1番27号)

内容

「認知症予防について」

講師 竹崎久美子教授
(高知県立大学 看護学部)



「認知症予防のための

栄養バランスの良い食生活」

講師 荒牧礼子准教授
(高知県立大学 健康栄養学部)

※ 講演終了後は展示・体験コーナーを開催いたします。
体験コーナーでは、血管年齢などの測定も行います。
ぜひお立ち寄りください。

【申し込み・問い合わせ先】 香美市立中央公民館 電話 0887-53-2214

主催:高知県立大学 健康長寿センター・香美市立中央公民館