

武庫川女子大学認知症予防教室

～科学的に効果が期待される認知症予防教室～

参加者募集！

主催：武庫川女子大学栄養科学研究所



会場

武庫川女子大学

日時

R4年10月17日～R5年9月25日
毎週月曜日・10:00～12:00
1年間コースのみ(月4回程度)

定員

20名(先着順)

費用

年間24,000円(2,000円/月)

対象

運動に制限がない65歳以上の女性

講座内容：運動・グループコミュニケーション・栄養・音楽などの専門領域から健康増進と認知症予防に取り組み、前後に認知機能、運動機能、栄養などの分析を行い科学的に効果を評価します。

- ①運動による認知トレーニング
- ②栄養・食事指導による血管リスク管理
- ③楽器演奏や歌唱等の音楽活動
- ④回想法を用いたアプローチ
- ⑤対人コミュニケーション管理による認知トレーニング

お申込み：郵便はがきに「認知症予防教室参加希望」「住所」「氏名」「年齢」「電話番号」を記入して投函ください

締切：9月25日(日)(消印有効)

宛先：〒663-8558 西宮市池開町6-46
武庫川女子大学健康・スポーツ科学部事務室
認知症予防教室

*参加者の決定は事務局から通知します。

問合せ先：TEL:0798-45-9525(9:00～17:00)

武庫川女子大学健康・スポーツ科学部事務室