

講座教室  
**脳の健康度テスト(ファイブコグ検査)を実施します**

脳の状態を知り、

認知症予防に取り組む

認知症は脳の知的機能が低下し、日常生活において様々な支障が出てくる状態です。認知症の発症や進行は、生活習慣と大きく関係しており、

早期に自分の状態を知り予防に取り組むことが大切です。

ファイブコグ検査で今の自分の脳の状態を知り、認知症予防に取り組んでみませんか。

※ファイブコグ検査は認知症かどうかを測る検査ではありません。脳の機能が低下している部分を知ること、今後の生活の中でその部分を意識して鍛えてもらい、認知症予防につながることを目的としています。検査時間は45分程度で、スクリーンを見ながら検査を行います。

▼対象者

65歳～79歳までの介護保険の要支援・要介護認定を受けていない方、認知症の診断を受けていない方で、原則として2日間とも参加できる方

▼場所 すこやかセンター伊野 大会議室

▼日時及び内容

【1回目】

12月4日(水)

13時30分～14時45分

◇ファイブコグ検査の実施

【2回目】

12月11日(水)

13時30分～15時30分

◇「認知症予防について」の講話

仁淀病院 宮野伊知郎 医師

◇ファイブコグ検査結果返し

◇認知症予防活動について

▼持ち物 眼鏡(必要な方)

▼定員 40名

(先着順 予約制)

▼参加料 無料

▼申込・問い合わせ

11月11日(月)

9時から受付開始

ほけん福祉課

(すこやかセンター伊野内)

☎ 89310231

講座教室  
**伊野地区の郷土料理教室参加者募集**

地産地消の取組として、伊野地区の郷土料理教室を開催します。伊野地区生活改善グループ連絡協議会のメンバーといっしょに、郷土料理を作ってみませんか。

▼日時 12月12日(木)

10時～13時

▼場所

すこやかセンター伊野

栄養実習室

▼内容

伊野地区郷土料理のお話と調理実習(赤飯、生姜のかき揚げ、里芋のコロッケなど)

▼対象人数 20名

▼主催

伊野地区生活改善グループ

連絡協議会

▼持参物

エプロン、三角巾、タオル、筆記用具

▼参加料 300円

▼申込締切

11月25日(月)

▼申込・問い合わせ

浜田 吉子

☎ 89211648

大原美智子

☎ 89710127

催し  
**第44回難病医療・福祉相談会 in 佐川**

▼日時 11月17日(日)

13時～16時

(受付12時30分～14時)

▼場所 佐川町健康福祉センター

ターカワセみ

(高岡郡佐川町乙2310)

▼内容

医療相談・栄養相談・口腔相談・就労相談・保健福祉相談・ルミエールサロンによる目の見えにくい人の便利物品の展示と説明

◇担当専門医

神経内科 中澤 宏之 医師

(南国病院)

整形外科 石田 健司 医師

(高知大学医学部付属病院)

リハビリテーション部)

消化器科 一森 俊樹 医師

(須崎くろしお病院)

眼科 橋田 正継 医師

(町田病院)

※リウマチ、重症筋無力症、

オストミイ、パーキンソン

病・網膜色素変性症・膠原

病のピアサポート(患者団

体)も参加します。

▼主催 NPO法人高知県難

病団体連絡協議会

▼申込・問い合わせ

11月8日(金)まで

高知県中央西福祉保健所

健康障害課

☎ 088912219031

※当日受付可能(待ち時間が必要となる場合があります。)

催し  
**高知矯正展**

▼日時

11月2日(土)・3日(日)

9時～16時

※3日は15時まで

▼場所 高知刑務所

(高知市布師田3604-1)

※無料駐車場完備

▼内容

施設見学会、性格検査体験コーナー、刑務所作業製品の展示即売、ちびっ子刑務官写真撮影会など

※開催両日先着100名様に

粗品を進呈します。

▼問い合わせ

高知刑務所

☎ 86615351