

報道機関各位

認知症予防運動「コグニサイズ教室」の開催について

町では、認知症予防活動の取り組みの一環として、「コグニサイズ教室」を開催します。参加者が「頭を使う課題」と「体を使う課題」を一緒に行うとともに、国立長寿医療研究センターが開発した、NCGG-FAT のアプリを用いて教室開始時期、終了時期に認知機能評価を行います。

日 時 令和4年6月1日（水）～7月6日（水）の間の毎週水曜日 全6回

午後1時30分から3時30分

場 所 箕輪町地域交流センター 研修室1・2**参加者数** 12人（事前申込）**内 容（プログラムは約60分）**

- ・コグニサイズの説明
- ・ストレッチ
- ・有酸素運動+コグニサイズ

※認知機能評価は、参加者の都合に合わせて別途実施（約45分）

添付資料 有



福祉課 高齢者あんしん係
(課長) 小沢 聡 (担当) 有賀 俊輔
電 話 : 0265-70-6622 (内線) 1423
F A X : 0265-70-6699
E-mail : fukushi@town.minowa.lg.jp

**じゃらんnet**

「全国のおすすめ紅葉スポットランキング2021」でもみじ湖が2年連続**全国1位**に選ばれました！！

箕輪町子育て少子化対策
キャッチコピー

みんなで育てる みのわっ子
～パパになるなら箕輪町
ママになるのも箕輪町～