

アタマとカラダの 健康チャレンジ

～試してみよう！あなたの脳体力～

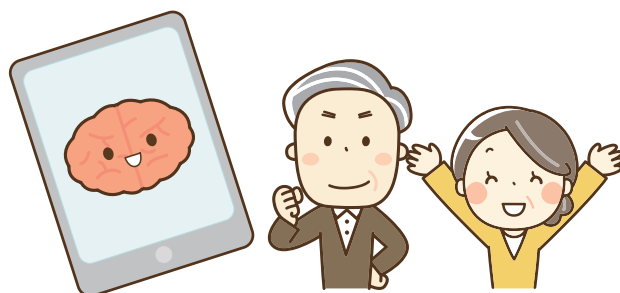
講 話

軽度認知障害 (MCI) と
認知症を学ぶ



脳体力テスト

タブレットを使用して
今の脳の状態を知る



コグニサイズ

アタマとカラダ両方を使った
楽しいトレーニング



軽度認知障害って、何???

認知症の前段階を、軽度認知障害 (MCI) といいます。

この段階で、状態を把握し適切な対策をとることで、認知症への進行を防ぐことができます。

まずは、『軽度認知障害 (MCI)』について理解を深めることから始めましょう。

アタマとカラダの 健康チャレンジ

～試してみよう! あなたの脳体力～

高津区・宮前区・
多摩区・麻生区版

対象 市内在住の60歳以上の方

申込み 令和7年6月16日(月)から
※開催日の1週間前で締め切ります。

申込み電話:050-8882-2649

受付時間:月～金 午前9時～午後5時(土日祝日は除く)

申込開始直後は電話がつながりにくくなります。時間をあけておかけ直してください。

区	会場	住所	定員	日時		
高津	高津市民館(第4会議室)	溝口1-4-1 ノフティ2 11階	20	7/2	水	10:00～12:00
				7/2	水	14:00～16:00
				7/18	金	10:00～12:00
				7/18	金	14:00～16:00
	高津老人福祉・地域交流センター(2階ホール)	末長3-24-4	20	7/8	火	10:00～12:00
宮前	川崎市民プラザ(210・211)	新作1-19-1	20	7/8	火	14:00～16:00
	宮前市民館(第4会議室)	宮前平2-20-4	20	9/2	火	10:00～12:00
				9/2	火	14:00～16:00
	宮前老人福祉センター(4階ホール)	宮崎2-12-29	20	9/3	水	9:30～11:30
	菅生分館(集会室)	菅生5-4-11	20	9/3	水	14:00～16:00
	アリーノ 有馬・野川生涯学習支援施設 (第1・2会議室)	東有馬4-6-1	20	9/11	木	10:00～12:00
				9/11	木	14:00～16:00
多摩	多摩市民館(第1会議室)	登戸1775-1	20	7/29	火	10:00～12:00
				7/29	火	14:00～16:00
				8/4	月	10:00～12:00
				8/26	火	10:00～12:00
	多摩スポーツセンター(研修室)	菅北浦4-12-5	15	8/4	月	14:00～16:00
麻生	多摩老人福祉センター(3階ホール)	中野島5-2-30	20	8/26	火	14:00～16:00
	麻生市民館(第1会議室)	万福寺1-5-2	20	7/23	水	14:00～16:00
				8/6	水	10:00～12:00
				8/28	木	10:00～12:00
				8/28	木	14:00～16:00
	麻生老人福祉センター(2階会議室)	金程2-8-3	20	7/23	水	10:00～12:00
麻生	岡上分館(集会室)	岡上3-15-5	20	8/6	水	14:00～16:00

川崎区・幸区・中原区開催については、
市ホームページをご確認ください。

