

認知症が気になる方へ

令和8年度
「認知症月間」
図書館×区役所
コラボ企画

脳体力テスト 体験会



タブレットを使って
あなたの“**脳の元気度**”を
チェックしてみませんか？



日時

10月8日(木) 10:00~12:00

30分ごとの
時間予約制

場所

高津図書館 1階 展示コーナー

内容

- 軽度認知障害 (MCI) とは
- 脳体力テスト (タブレット)
- 結果の説明と、今後できること



簡単な
テストです！
すぐに結果が
わかります♪

定員

先着**16**名

申込開始

8月17日(月) から受付

電話で下記までお申し込みください。

軽度認知障害 (MCI) って、なに？



認知症の前の段階のことです。
もの忘れが気になることはあっても、日常生活は
ほぼ自分でできます。

こんな方におすすめです

- ✓ 最近、もの忘れが増えた気がする
- ✓ 自分の脳の状態を知りたい
- ✓ 将来のために、今からできることを知りたい

早めに気づいて
生活の工夫や
取り組みをすることで
認知症の進行を
ゆるやかにすることが
できます！



お申し込み・お問い合わせ

高津区役所 地域支援課

☎ **044-861-3259**

ご参加にあたって

- 参加は無料です。
- 当日は、筆記用具をお持ちください。
- 体調がすぐれない場合は、参加をご遠慮ください。

お気軽に
ご参加
ください！

受付時間：8：30～17：00

