

# ふれあい医学講座

会場：ふれあい沼津ホスピタル レストラン

●参加無料●参加申込不要●院長懇談会●病院見学会

皆様お誘い合わせのうえ、お気軽にご来場ください。

## 2月23日(土曜日)

午後2時～3時



# コグニサイズで 認知症予防



## ～物忘れ予防の運動をはじめませんか?～

皆さんは「コグニサイズ」をご存知ですか?コグニサイズとは体を動かしながら頭をきたえるエクササイズの事で、認知症の予防に注目されています。今回の医学講座では老化を防止し認知症予防に役立つ運動についてお話しさせていただきます。どうぞお気軽にご参加ください。

### 【講師】

ふれあい沼津ホスピタル 理学療法士  
(認知症リハビリテーション担当)

大久保 一恵 (おおくぼ もとえ)

ふれあい沼津ホスピタル 院長

加藤 政利 (かとう まさとし)



主催/お問合せ：**ふれあい沼津ホスピタル** TEL055-962-8580  
(静岡県指定 認知症疾患医療センター) (総務課)