

川崎市・東京都健康長寿医療センター研究所共同研究モデル事業  
令和3年度

# アタマとカラダの 健康イベント

## —脳の元気度チェック—

### 講演

#### 『認知症を学ぶ』

東京都健康長寿医療センター研究所の先生による  
認知症に関する講演。

### 認知機能検査

#### 『状態を知る』

認知機能状態を把握するため、  
タブレットを使って検査を  
受け、結果を知ることができます。

### 予防運動

#### 『体験する』

認知症予防運動プログラムを体験。アタマとカラダ両方を使ったトレーニングで脳を活性化。

### 「認知症」のこと、“正しく” 知っていますか？

認知症は、何十年もの時間をかけて徐々に症状があらわれるものです。認知症の前段階を、軽度認知障害（MCI）といい、この段階で、ご自身の状態を把握し、適切な対策をすることで、認知症への進行を防ぐことができます。適切な対策は、何ら難しいことではありません。まずは、「認知症」に対する正しい知識と理解を深めることから始めましょう。





# 令和3年度 アタマとカラダの健康イベントー脳の元気度チェックー



対象者：市内在住の60歳以上の方 検査：1回目の検査を受けた概ね6か月後に、2回目の検査を受けていただきます。（12月～2月）

申込み：令和3年5月6日（木）から受付開始します。

**コールセンター 03-5308-5525** 受付時間：月～金 午前9時～午後6時（祝日は除く）

会場	住所	定員	開催日	時間
川崎区	かわさき老人福祉・地域交流センター (ふれあいプラザかわさき内)	20	6月21日 月	14:00～16:00
	川崎区役所	20	6月29日 火	10:00～12:00
	デイサービス東小田 (小規模多機能ホーム東小田)	5	6月29日 火	14:00～16:00
幸区	さいわい健康福祉プラザ	20	6月18日 金	10:00～12:00
	夢見ヶ崎地域包括支援センター	20	6月18日 金	14:00～16:00
	幸区役所	20	6月21日 月	10:00～12:00
	ケアビレッジ小倉 (小規模多機能ホーム小倉)	8	8月12日 木	14:30～16:30
中原区	中原老人福祉センター	14	7月15日 木	14:00～16:00
	ツクイ武蔵中原	10	7月28日 水	10:00～12:00
	中原区役所	20	7月28日 水	14:00～16:00
高津区	高津老人福祉・地域交流センター	20	7月7日 水	10:00～12:00
	高津区役所	20	7月13日 火	14:00～16:00
	蟹ヶ谷檜ヶ崎住宅4号棟集会所 (ひさすえ地域包括支援センター)	20	7月15日 木	10:00～12:00

会場	住所	定員	開催日	時間
宮前区	宮前区役所	20	7月7日 水	14:00～16:00
	宮前老人福祉センター	16	7月13日 火	10:00～12:00
	土橋会館 (レストア川崎地域包括支援センター)	20	7月29日 木	10:00～12:00
多摩区	「結」ケアセンターいくた	10	7月29日 木	14:00～16:00
	多摩老人福祉センター	20	8月4日 水	10:00～12:00
	花織たま北	8	8月4日 水	14:00～16:00
	多摩区役所	20	8月17日 火	14:00～16:00
麻生区	麻生区役所	20	8月17日 火	10:00～12:00
	麻生老人福祉センター	20	8月25日 水	10:00～12:00
	小規模多機能 支え合い	14	8月25日 水	14:00～16:00

協力実施 ★：地域包括支援センター ●：小規模多機能型居宅介護事業所

\*1人につき1会場、申込みができます。

\*各会場の定員になり次第終了とします。



問い合わせ：川崎市健康福祉局 地域包括ケア推進室 044-200-0207