



令和6年11月22日

報道機関 各位

<タイトル>

令和6年度 第1回ウエル kamo 介護予防教室について

<リード文 (またはサブタイトル) >

ふれあいセンターを会場に介護予防教室を実施します。

<本文>

国では、認知症高齢者が2025年には471万人、2040年には584万人になると推計しており、現在では、健康寿命の延伸に向けてどのように取り組むかが大きな課題となっています。市では市民の皆さんが住み慣れた地域で生活し続けることができるよう、健康づくりと介護予防を一体的に実施しており、「ウエル kamo 介護予防教室」として実施する今回のテーマは「軽度認知症」。認知症の方について理解するとともに、認知機能の低下の疑いがある人を早期発見し、適切な治療に結び付けることが大切です。

今回の介護予防教室では、身体の筋肉量の測定や体力測定、認知症チェック、介護予防体操を行うほか、認知症疾患医療センター長の金井重人医師から、「軽度認知症とは～知って備える早期の気づき～」と題して講演をいただき、認知症の方への接し方について分かりやすく寸劇で認知症に対する理解を深めます。

当日参加される方は、筆記用具、水分をご持参の上、運動しやすい服装でご参加ください。

記

- ・実施日時 令和6年12月21日(土) 午後1時から午後3時30分まで
- ・会場 ふれあいセンター2階コミュニティホール(鴨川市八色887番地1)
- ・プログラム内容 ①体力測定会/介護予防体操  
②講演・寸劇
- ・対象 認知症予防・介護にかかわる方、興味のある方
- ・定員 100名(定員になり次第締め切り終了)
- ・参加料 無料
- ・参加申し込み先 鴨川市健康推進課 04-7093-7111、FAX04-7093-7115
- ・その他 詳細は添付のチラシをご覧ください。

問い合わせ

市民福祉部 健康推進課 保健予防係 担当：石渡、野村

TEL：04-7093-7111 FAX：04-7093-7115