

# 認知症**予防** きほんの『き』

## 「認定NPO法人 認知症予防ネット神戸」の取り組み

「住み慣れた地域でいつまでも元気に暮らしたい」と願っているけれど、「最近物忘れが増えた」「認知症になったらどうしよう」・・・など、何となく不安を抱えていませんか？  
不安をそのままにしないで、物忘れや認知症についてみんなで学びませんか？  
今回の市民塾では、認知症の**予防**にとっても効果があるという「楽しい運動」も体験できます！  
地域のために役に立ちたいと思われている方も大歓迎です！

### 認定NPO法人認知症予防ネット神戸とは？

●長年、高齢者の地域サポートに携わる中で認知症予防の大切さを痛感し設立。医療機関・大学などと連携し、認知症予防講演会や物忘れ相談・検診・「脳いきいきクラブ」など様々な活動に取組み、地域住民の方々に認知症予防の大切さを伝えています。また、孤立しがちな認知症ご家族のサポートも行っています。

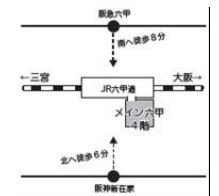
2019年 **11月29日** (金) 10:00~12:00

**料金** 550円 (お茶付き)

**会場** 神戸市立六甲道勤労市民センター  
4階 服飾室

**定員** 12名  
●「住み慣れた地域でいつまでも元気に暮らしたい」と思われている方  
●認知症予防に関心のある方

神戸市灘区深田町  
4-1-39 メイン六甲



### 講師



**認定 NPO 法人認知症予防ネット神戸 理事長 伊藤米美さん**  
神戸市内の病院・診療所・訪問看護ステーション・介護の事業所で、看護師・ケアマネージャーとして定年まで勤務。  
平成 22 年 NPO 法人認知症予防ネット神戸を設立、平成 25 年から認定 NPO 法人に。  
看護師、認知症ケア専門士、認知症予防専門士。

氏名	
住所	〒
電話/FAX	
E-mail	

<11月市民塾> お問合せ・お申込み  
神戸市立六甲道勤労市民センター  
生きがい活動ステーション  
神戸市灘区深田町 4-1-39 メイン六甲 4 階  
(神戸市立六甲道勤労市民センター内)  
TEL 078-857-3022 FAX 078-857-3023  
E-mail ikigai@cskobe.com