

神奈川県看護協会による

まちの保健室

3月3日(木)

10時～12時

総合医療会館1階



【住所：横浜市中区富士見町3-1】山吹公園となり



お気軽にご参加ください

☆看護師による血圧測定・健康相談

☆頭と体を動かし **認知症予防に**
コグニサイズをしてみよう！

●「コグニサイズ」ってなに？

国立長寿医療研究センターが開発した運動と認知課題（計算、しりとりなど）を組み合わせた、認知症予防を目的とした取り組みの総称を表した造語です。

引用：国立長寿医療研究センター予防老年学研究部HP
<https://www.ncgg.go.jp/ri/lab/cgss/department/gerontology/index.html>

次回予告

5/11(日)

看護の日イベント

「かながわ看護

フェスティバル」で

実施します

お問い合わせ



045-263-2901