

萩原いきいき教室 ～認知症を予防しよう～

華旺寿在宅介護支援センター
(☎96-3131)

とき 5月12日(木)
午前9時～10時
ところ 萩原公民館
内容 認知症予防についての話
とレクリエーション
対象者 おおむね65歳以上の人
参加費 無料
申込期限 5月11日(水)
申込方法 華旺寿在宅介護支援センターへ電話でお申し込みください。

関いきいき学校 ～心療内科・老人性うつ病について～

華旺寿在宅介護支援センター
(☎96-3131)

とき 5月18日(水)
午後1時～2時30分
ところ 健康づくり関センター
講師 かめやま心身クリニック
院長 静谷公治さん
対象者 介護予防に関心のある人
定員 40人
参加費 無料
申込期限 5月17日(火)

申込方法 華旺寿在宅介護支援センターへ電話でお申し込みください。

亀山学校 ～高齢者にやさしい食生活～

亀山在宅介護支援センター
(☎83-5920)

とき 5月12日(木)
午後1時30分～3時
ところ あいあい2階大会議室
講師 (福)青山里会 管理栄養士
対象者 医療・介護・福祉や介護予防などに関心のある人
参加費 無料
※申し込みは不要です。
持ち物 筆記用具

認知症を一緒に考える集い ～認知症高齢者の現状～

亀山在宅介護支援センター
(☎83-5920)

とき 5月21日(土)
午前10時～正午
ところ 亀山老人保健施設1階
対象者 認知症について学びたい人や予防に関心のある人
参加費 無料
※申し込みは不要です。

持ち物 筆記用具

はつらつ教室 レクリエーション ～楽しくできる全身運動～

亀山在宅介護支援センター
(☎83-5920)

とき 5月26日(木)
午後1時～2時30分
ところ 井田川地区北コミュニティセンター
講師 日本レクリエーション協会
高本真貴子さん
対象者 介護予防や健康づくりに関心のある人
参加費 無料
※申し込みは不要です。
持ち物 筆記用具、上履き

介護予防教室 ～認知症予防について～

(福)安全福祉会(☎83-1294)

とき 4月26日(火)
午後1時30分～3時
ところ 下白木公民館
対象者 介護予防に関心のある人
参加費 無料
※申し込みは不要です。
持ち物など 動きやすい服装

シリーズ 認知症

超高齢社会と認知症①



●認知症について知っていますか？

超高齢社会(※)を迎えた日本。2025年には、700万人(高齢者5人に1人の割合)が認知症になるとも言われています。認知症は誰にでも起こりうる脳の病気です。

また、高齢者と同居していなくても、地域社会のなかで何らかの関わりを持つことになるかも知れません。

市では、認知症に対する誤解や偏見がないよう、安心して暮らせるまちづくりを目指し、「認知症カフェ」や「認知症サポーター養成講座」などを行っています。

※超高齢社会とは、世界保健機構(WHO)や国連の定義によると、高齢化率が21%を超えた社会

きずな文庫をご利用ください！

認知症や医療、介護に関する図書を紹介する「きずな文庫」をあいあい1階に設置しています。貸し出しもできますのでお気軽にご利用ください。
※認知症に関連した図書も新たに入荷しました。



問合せ 亀山地域包括支援センター「きずな」(あいあい ☎83-3575)