

～みんなの健活！～ プロジェクトわかぞの第3弾 ～認知症予防～

人生100年時代、自分らしく健康に
生きられるために
今から出来ることを始めませんか？
全3回シリーズの今回は
「認知症予防」についてのお話です。



正しく学んで皆で予防しましょう！

第1回 楽しく学ぶ！認知症予防

～認知症の理解～

日時：令和4年12月8日（木） 10：00～11：30

場所：若園市民センター 多目的ホール

定員：20名 参加費：無料

講師：明治安田生命 藤田善弘氏

第2回 明日をよりよく生きるための

MYライフプラン&エンディング

日時：令和5年1月12日（木） 10：00～11：30

場所：若園市民センター 多目的ホール

定員：20名 参加費：無料

講師：明治安田生命 藤田善弘氏

第3回 健康寿命の秘訣

～ながーく元気であるために～

日時：令和5年2月9日（木） 10：00～11：30

場所：若園市民センター 多目的ホール

定員：20名 参加費：無料

講師：明治安田生命 藤田善弘氏

お申込み・お問合せは 若園市民センター ☎093-921-3344