

脳を若く保つには ～認知症になりにくい生活習慣～

秋田県は高齢化の進行とともに認知症を発症する方も増加傾向にあります。認知症の予防に関しては、「これをすれば絶対大丈夫」というものは存在しませんが、科学的なデータに基づき、「認知症になりにくい生活習慣」とはどのようなものか、少しずつ判明してきています。本講座では、最新の知見を基にその知見と応用をわかりやすく伝えて、県民の皆さんの福祉に貢献したいと考えています。

《日 程》

第1回 7月3日(水)
〈認知症の症状と種類〉
秋田大学医学部 保健学科 作業療法学専攻
教授 新山 喜嗣

第2回 7月10日(水)
〈「60年前の秋田」～回想法でリフレッシュ！〉
秋田大学医学部 保健学科 作業療法学専攻
准教授 浅野 朝秋

第3回 7月17日(水)
〈脳と体を元気にして認知症を寄せつけない！〉
秋田大学医学部 保健学科 作業療法学専攻
助教 津軽谷 恵

第4回 7月24日(水)
〈日常生活における体を動かすこと・休めることの
バランスを見つめなおす 認知症予防とは？〉
秋田大学医学部 保健学科 作業療法学専攻
助教 久米 裕

第5回 7月31日(水)
〈認知症等高齢者にやさしい地域を考えよう〉
秋田大学 高齢者医療先端研究センター
特任講師 板倉 有紀

《時 間》 18:00～19:30

《会 場》 秋田大学 総合研究棟 2階 講義室

《定 員》 30名(要申込)

《対 象》 どなたでも ※ 定員に達し次第締切といたします。

《受講料》 2,500円 ※ 受講料は事前振込となります。
※ 欠席による返金・割引等はありません。

《申込締切日》 6月26日(水)



