

10年後の自分の為に人生をもっと豊かにするヒントがあります！

シニアのための

脳いきいきセミナー

～何歳になっても脳は活性化できる！

～年を重ねるごとに美しく！！

～元気でパワフルに運転を続けたい！！！

9/16(月・祝)

10:00~11:30

定員
60名

(会場)

寿自動車学校

[第2教室]

なるべくお乗り合わせの上
お越し下さい

NPO法人
介護予防で日本を元氣にする会

講師

山下美貴子



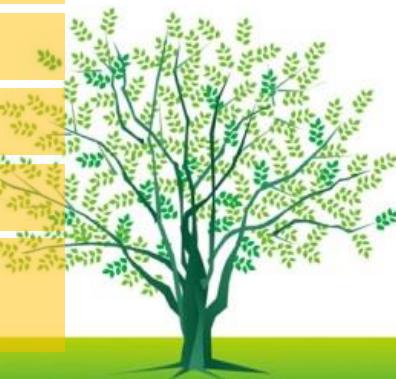
認知症は予防できるの？

「介護予防」とは

脳に良い言葉・悪い言葉

前向き思考の七つの提案

iPad(アイパッド)を使った
脳若トレーニング体験



講師略歴

2002年から社会福祉法人に勤務し、特に認知症において質の高いサービスを実践してきた。
iPadを使った認知症予防プログラム『脳若トレーニング』と出会い、鹿児島県でも広めたいと、H26.9月より県内初の公認講師となる。これまでに、地域サロンや自治体講座、医療福祉関係者、のべ5000人を超える方が受講。

毎回大好評にて人気講座を運営している。

日 時： 令和元年 9月16日(月・祝) 10:00 ~ 11:30 (90分)

会 場： 寿自動車学校(住所:鹿屋市札元1-13-30 電話:43-2627)

受講料： 無料(モノを売る事はないのでご安心ください)

定 員： 60名(申込み先着順)

事業名： NPO共生・協働・かごしま推進事業(担当:鹿児島県くらし共生協働課)

シニアご本人様だけでなく、ご家族・
ご友人の皆さんも参加大歓迎です！！

主 催

特定非営利活動法人

介護予防で日本を元氣にする会



〒892-0871 鹿児島市吉野町3073-90

電話:099-800-8275 FAX:099-800-8495

お申し込みは今すぐお電話か
裏面のお申込書を受付へ

→(099)800-8275

(受付時間:平日9時~17時)