

⑭ わくわく脳元気教室

物忘れが気になる方や認知症かも、と思う方の認知症予防や進行の予防を目的に教室を開催します。教室に参加して、脳を活性化させませんか。

日時		内容	講師
4月 8日(月)	午後2時～3時	講話：認知症予防について	笠間市立病院 医師 石塚 恒夫さん
5月 9日(木)	午前10時～11時30分	認知機能強化トレーニング シルバーリハビリ体操	保健師 シルバーリハビリ体操指導士
6月10日(月)		シナプソロジー	シナプソロジー アドバンス教育トレーナー
7月12日(金)		作業療法	作業療法士
8月 9日(金)		音楽療法	音楽療法士
9月10日(火)		認知機能強化トレーニング スクエアステップ	保健師 スクエアステップリーダー
10月10日(木)		健康体操	健康運動指導士
11月 8日(金)		作業療法	作業療法士
12月10日(火)		音楽療法	音楽療法士
1月10日(金)		健康体操	健康運動指導士
2月12日(水)		シナプソロジー	シナプソロジー アドバンス教育トレーナー
3月10日(火)		認知機能強化トレーニング落語	保健師 社会人落語家

場所 地域医療センターかさま（笠間市南友部 1966-1）

対象 市内在住の65歳以上で、物忘れや認知症が気になる方（介護サービスを利用している方は除く。）

定員 15名（先着順）

参加費 無料

申込方法 窓口で直接または電話でお申し込みください。

※お申し込みは年間申し込みでも、ひと月のみのお申し込みでも可能です。

申込期限 3月29日（金）

申・問 地域包括支援センター TEL 0296-78-5871

「ジェネリック医薬品希望シール」をご活用ください

「ジェネリック医薬品（※）の処方を希望している」という意思を伝えることができるシールを作成しました。ジェネリック医薬品での処方を希望される方は、シールを保険証等に貼ってご活用ください。

※ジェネリック医薬品とは？

ジェネリック医薬品は、新薬の特許が切れた後に、新薬と同じ成分・効き目で作られた低価格のお薬です。新薬の3～5割程度安くなる場合があり、薬にかかる自己負担額を節約することができます。ジェネリック医薬品の価格や使用などについては、医師・薬剤師とよく相談してください。

シール配布窓口 保険年金課、各支所市民窓口課

問 保険年金課（内線144）