

タッチで簡単！



脳の健康チェック

やってみよう！



～タブレットを使って楽しくセルフチェック！～

「人生 100 年時代」毎日の生活を元気で健やかに送るために、脳の健康にも目を向けて、できることから少しずつ始めてみましょう！

◆開催日程◆

日にち	令和 8 年 ①10 月 14 日（水） ②10 月 16 日（金）	令和 8 年 10 月 17 日（土）
時 間	午前の部：10 時から 午後の部：1 時 30 分から	午後の部：1 時 30 分から 3 時から
対象者	笠間市在住の 65 歳～74 歳 までの方	笠間市在住の 40 歳以上の方 （上限なし）

◆定員：各回 10 名（応募多数の場合は抽選）

◆内容： 脳の健康度チェックツール「のう KNOW」は、タブレットを使用しゲーム感覚で 4 つのテストを行って「記憶する」「考える」「判断する」などの脳の健康度をチェックします。

チェックにかかる
時間は 15 分！
スタッフがサポート
するので安心です。



※本チェックは疾病の予防・診断を
目的としたものではありません。

同年齢の平均と比べた脳の健康度を確認できます。

◆会場：地域交流センターともべ「トモア」（笠間市友部駅前 1－10）

◆申込：窓口で直接または電話、二次元コードでお申込みください

笠間市地域包括支援センター

笠間市中央三丁目 2 番 1 号

TEL：0296-78-5871

