大人も子どもも一緒に知ろう認知症！

予備軍も含めると、65 歳以上の４人に１人が認知症！
認知症って予防できるの？
身近な人が認知症になった時はどうしたらいいの？

～元気でつながる白石の輪～

平均寿命と健康寿命のギャップを埋めよう！

認知症の方とのかかわりを考えよう！

日時：令和元年 10月 26日（土）
10:00～13:00

場所：JR 白石駅自由通路
（ＪＲ白石駅２階 改札前）

参加無料 **申込不要**

認知症講座 11:00～12:00

認知症の基本から接し方まで、クイズで楽しく学ぼう！
終了後、**オレンジリング**や**テキスト**を配布します。

※オレンジリングとは・・・認知症に関する講座を受講した「認知症サポーター」が手首につけて、街で見かける認知症の人への理解や支援を示すものです。

以下のブースは10:00～13:00の間実施しています

認知症ブース

個別相談コーナー

認知症のことに精通した専門家が個別に相談に応じます
- 認知症予防の方法
- 認知症相談先
- 介護のこと
- 認知症の方が利用できるサービス・施設
- 認知症の方へのボランティア情報

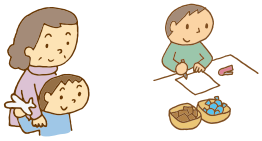
介護予防ブース

ふまねっと運動体験

インストラクターの指導でふまねっと体験！

脳トレコーナー

脳トレにチャレンジ！
子どもも楽しめます



健康関連ブース

健康チェックコーナー

- 血圧測定
- 血流測定
- 脳年齢測定
- 健康相談

パネル展示

白石地区、北白石地区の元気マップ

その他

パンフレットコーナー

- 認知症ガイドブック
- 認知症家族会パンフレット

など
ご自由にお持ちください

スタンプラリー

10:00～13:00
各ブースをめぐるスタンプラリーでおみやげをゲット！
（先着 75 名）

主催 白石まちづくりハウス・白石地区社会福祉協議会

協力 白石区第１地域包括支援センター・介護予防センター白石中央・札幌市白石区社会福祉協議会・札幌認知症の人と家族の会・NPO 法人北海道若年認知症の人と家族の会・白石駅前地区振興会

後援 札幌市

お問い合せ：090-6267-9035（白石まちづくりハウス：常盤野）