

参加費無料！

ファイブ・コグで認知症予防

～まずはご自身の認知機能を知ることから始めてみよう～

「ファイブ・コグ」とは、年齢と共に低下してくる記憶、注意、言語、視空間認知、思考の5つの認知機能と手先の運動機能を図る検査です。モニターの指示にそって記入します。

ご自身の現在の得意・苦手な分野がわかり、今後の日常生活の中でどの機能を鍛えたら良いのかがわかります。

人生100年時代！元気に暮らすための取り組みの一步としていかがですか？

日時：1日目 2月12日(水) 14:00～15:45

- ① 集団での認知機能検査「ファイブ・コグ」(45分)
- ② 軽度の脳トレやストレッチ体操

2日目 2月26日(水) 14:00～15:45

- ① 検査結果を返却し、今後の取り組みのアドバイスをします
 - ② 認知症についてのお話や脳トレ体操など
- ※2日間とも参加できる方が対象となります

場所：**ケアステーションかしの木 かしの木ひろば1・2**

住所 草加市草加1-8-13

対象者： 概ね65歳以上の方 定員： 20名

持ち物： 必要な方は眼鏡、補聴器、水分補給など

【体験者の声】

- ・少しドキドキしたけど、楽しかった。結果が偏差値で出てくるなんて学生時代を思い出したわ
- ・まさか視空間認知が弱かったなんて…間違い探しとかジグソーパズルをやると良いのね。自分の苦手分野がわかって良かった。



【申し込み・問い合わせ先】

社会福祉法人 草加市社会福祉事業団
草加市在宅福祉センター きくの里
草加市認知症総合支援センター

☎：048-929-3611

※ 受付開始は 1/7 (火) 10時～
電話または来所にてお申し込み下さい。
定員になり次第締め切りとなります。



事業団HP



Facebook



YouTube



きくの里HP

【 会場のご案内 】



会場の住所：草加市草加1-8-13

【アクセス】

■東武スカイツリーライン

- ・独協大学駅前 西口 徒歩15分
- ・草加駅 西口 徒歩13分



【申し込み・問い合わせ先】

★会場のお問合せもこちらでお願いします★

社会福祉法人草加市社会福祉事業団
草加市在宅福祉センターきくの里
草加市認知症総合支援センター
住所：草加市谷塚上町704-3

電話：048-929-3611

開館時間：平日 午前9:00~17:00
(土日祝お休み)