

令和7年度 白石区 札幌市医師会 市民健康教育講座

「認知症の理解を深めよう」

～4大認知症の初期症状とその予防～

4大認知症の初期症状や予防について、専門医がわかりやすく解説します。その後は、毎日の体力づくりのため、家庭で簡単にできる運動を学びます。ご自身や大切なご家族の「もしも」に備える第一歩として、ぜひご参加ください。



日時 令和8年3月10日(火) 14時00分～16時00分
(13時30分受付開始)

場所 白石区複合庁舎 4階 講堂(白石区南郷通1丁目南8-1)

対象者 白石区民 最大45人(応募多数時は抽選)

主催 白石保健センター、札幌市医師会白石区支部

参加費 無料

内容

① 講演:「認知症の理解を深めよう」

講師: 医療法人社団 ありがとうの風 在宅療養支援診療所
くまさんクリニック 副院長 熊谷 範子 先生



② 体操:「家庭で簡単にできる体操」

講師: 社会医療法人 医翔会 札幌白石記念病院
リハビリテーション技術室 安部 陽子 先生



お申込み先 札幌市コールセンター 電話 222-4894



お申込期間 令和8年3月4日(水)～3月6日(金)



さっぽろ市
02-Q03-25-2670
R7-2-1747