

脳活いきいきプログラム



参加者募集

申込締切▶5/31(金)

～運動・音楽・栄養・芸術の複合プログラムによる認知症予防教室です～

回	日時	会場	内容
1	6月 8日(土) 10:30～12:00	青森県観光物産館 アスパム 6階 会議室「岩木」	運動機能検査 ファイブ・コグ検査
2	6月 12日(水) 14:00～15:30	青森商工会議所 1階 AOMORI STARTUP CENTER	音楽療法
3	6月 15日(土) 10:30～12:00	青森商工会議所 1階 AOMORI STARTUP CENTER	コグニサイズ (認知症予防の基礎知識・運動療法)
4	6月 29日(土) 10:30～12:00	青森商工会議所 1階 AOMORI STARTUP CENTER	栄養教室(クッキング含む) ※エプロン・三角巾をご持参ください
5	7月 6日(土) 14:00～15:30	青森県観光物産館 アスパム 9階 会議室「津軽」	コグニサイズ
6	7月 24日(水) 14:00～15:30	青森商工会議所 1階 AOMORI STARTUP CENTER	音楽療法
7	8月 2日(金) 14:00～15:30	青森商工会議所 1階 AOMORI STARTUP CENTER	臨床美術
8	9月 14日(土) 10:30～12:00	アピオあおもり 2階 小研修室1・小研修室2	栄養教室(クッキング含む) ※エプロン・三角巾をご持参ください
9	9月 28日(土) 10:30～12:00	青森県観光物産館 アスパム 6階 会議室「岩木」	コグニサイズ
10	10月 9日(水) 14:00～15:30	青森商工会議所 1階 AOMORI STARTUP CENTER	音楽療法
11	10月 19日(土) 10:30～12:00	青森商工会議所 1階 AOMORI STARTUP CENTER	運動機能検査 ファイブ・コグ検査

会場

青森県観光物産館 アスパム 6階「岩木」・9階「津軽」(青森市安方1-1-40)
青森商工会議所1階「AOMORI STARTUP CENTER」(青森市新町1-2-8)
アピオあおもり2階「小研修室1・小研修室2」(青森市中央3-17-1)

対象

50歳以上の方
(定員30名)

第1回から第11回の一括コースでお申し込みください

※可能な限りご参加ください ※定員になり次第締め切ります

参加
無料

お申し込み・お問い合わせ ●参加ご希望の方は、下記まで氏名・電話番号をお知らせください

青森中央学院大学 地域連携課(公開講座担当) TEL:017-728-0131 (代表)

E-mail:koukaikouza@aomoricgu.ac.jp FAX:017-738-8333

お申込み用
QRコード



【主催】青森中央学院大学看護学部(老年看護学領域 代表:教授 中川孝子)

【共催】青森商工会議所 【助成】青森学術文化振興財団助成事業

あおもり
生涯学習
センター

