

認知症やうつにならない生活術

コ ロ ナ 禍 の 脳 健 康 法

コロナ禍で先の見えない自粛生活が続いています。「できない」「外出しない」「話さない」といった不活発な状態が続くと、体や頭の働きが低下します。そんな状態を予防するには、生活を活発にすることが必要です。すぐに実践できる方法を学び、みなさんがいきいきと生活することで、まちの元気を取り戻しましょう。

日程

3月24日(水) 午後1時～2時30分

講師

奥村 ^{あゆみ} 歩氏 おくむらメモリークリニック 理事長

会場

ハートフルスクエア-G 2階 大研修室

定員

45名 (応募者多数の場合は抽選)

受講料

300円



講師プロフィール 1961年生まれ。医学博士。おくむらメモリークリニック理事長。

日本脳神経外科学会(評議員)、日本認知症学会(認定専門医・指導医)、日本脳神経外科認知症学会(評議員)。岐阜大学医学部卒業、同大学大学院医学博士課程修了。アメリカ・ノースカロライナ神経外科センターに留学後、岐阜大学附属病院脳神経外科病棟医長併任講師を経て、2008年より「おくむらクリニック」を開院。2015年におくむらメモリークリニック(岐南町)を新設。「もの忘れ外来」「頭痛」「めまい」「不眠」の診療を展開している。一般向けに、認知症の理解と対応など、脳の健康を啓蒙するテレビ出演が多い。最近では、クローズアップ現代・あさイチ・スッキリ・主治医が見つかる診療所・世界一受けたい授業など。出版は、『朝ドラ』を観なくなった人は、なぜ認知症になりやすいのか?』(幻冬舎)など25冊以上。

応募方法

往復はがきまたはEメール(1人1通)に、①講座：認知症や「うつ」
②〒・住所 ③氏名 ④年代 ⑤電話番号 を記入し、下記へお申し込み
ください。直接お申し込みの場合は、返信用のはがきをお持ちください。

応募締切▶ 令和3年 3月10日(水) ※必着

※メール受信確認後3日以内に確認メールを送信します。届かない場合は電話でお問い合わせください。
迷惑メールの設定をされている方は、メールが届くように設定してください。
※ご記入いただいた個人情報は、講座の運営のみに使用し、適正な管理に努めます。



Eメールでの
お申し込みはこちら

問合せ先

岐阜市生涯学習センター 生涯学習係

〒500-8521 岐阜市橋本町1-10-23 ハートフルスクエア-G内
TEL/058-268-1050 Eメール/hsg08@ccn.aitai.ne.jp

新型コロナウイルス感染防止対策へのご協力をお願いします

- 体調の優れない方、感染が疑われる状況(濃厚接触等)にあった方は来場をお控えください。
- 入場時の検温で37.5℃以上の方は、入場をご遠慮いただきます。
- 万が一、参加者の中で感染が発覚した場合、保健所などへの情報提供、また調査へご協力いただくことをご承ください。
- 新型コロナウイルス感染症の状況次第では中止する場合があります。

主催：岐阜市生涯学習センター(指定管理者：公益財団法人岐阜市教育文化振興事業団)