

参 加 費 無 料 !

～睡眠から始める健康な脳づくり～

脳体力測定会と認知症予防セミナー

- ▶最近、物忘れが増えた気がする…
- ▶布団に入ってもなかなか寝付けない…
- ▶朝起きてても疲れが残っていると感じる…

ご家族の変化も
見逃さずに！

脳体力測定会

11:00～15:00

(随時開催)



脳体力トレーナー
CogEvo®

MCI専門士®による

「脳体力測定」と「睡眠アドバイス」。

専門家があなたの「脳の健康度」や

「睡眠の質」を測定し、

アドバイスをお届けします！



認知症予防 ミニセミナー

認知症と睡眠の深い関係とは！？

～その症状、見逃していませんか？～

〈講師〉一般社団法人 日本認知症予防協会®
代表理事 佐々木 誠



【講演スケジュール】

第1回

11:00～11:20

第2回

13:00～13:20

第3回

14:00～14:20

★動画でチェック★

右のQRコードから動画を視聴できます。

気になる症状のある方は、まずは3分動画でチェック！



★事前申込不要★

4月10日(木)・5月31日(土)開催と同様のイベントです。
好きな時間に、ご家族・ご友人とお気軽にご来場ください。

▶日時 2025年8月23日(土)

▶開場時間 11:00～15:00

▶会場 特別養護老人ホーム

市崎の杜

1階 地域交流スペース

(福岡市南区市崎1丁目15番11号)



お問い合わせ

一般社団法人 日本認知症予防協会®

大阪市淀川区西中島7-7-2 新大阪ビル西館 3F

TEL: 06-6195-8646

Mail: info@mci-j.com

西鉄天神大牟田線平尾駅より徒歩6分
西鉄バス 山荘通り 西高宮小学校前 平尾