

# 脳活で“自分らしさ”をいつまでも 今からでも大丈夫“脳貯金”はじめませんか

認知機能を使い続けることで、年齢にかかわらず認知機能が維持・向上することが近年の研究で分かっています

健常者

回復率  
16%~41%

軽度認知障害  
MCI

1年で移行率  
5~15%

認知症

軽度認知障害（MCI）とは認知症ではありません。認知症になる手前の段階  
予防プログラムを習慣化することで**回復率は16~41%！**早めの予防が大切です

感染予防のため一部プログラムを変更し開催しています

◎感染予防には最大限配慮し安心してご参加していただけるよう  
人数制限を設けさせていただきます（時間予約制）

◎ご参加の際は**必ずご連絡**下さい。

◎参加費：500円

◎参加時は“マスク”の着用をお願い致します。



## ♪お部屋はアロマの香り

アロマ効果で「においを」感じる嗅神経（きゅうしんけい）  
とともに**記憶をつかさどる海馬（かいば）も活性化**します



## ♪CogEvo（コグエボ）で認知機能バランスチェック

5種類（計画力・記憶力・注意力・見当識・空間認識力）を  
楽しくゲーム感覚でできます（結果は印刷してお渡します）



## ♪楽しく脳トレーニング

コグエボの12種類の認知機能別トレーニング  
& 認知機能別“CogEvoプリント”

**ゲーム感覚で楽しく脳を活性化**します



～開催日時 催場所～

開催日時：令和5 3月 24日（金）

①10：30～11：30 ②14：00～15：00

開催場所：デイサービスセンターきずなふじみ野市西

※事前にお電話でお申し込みください（どなたでもご参加いただけます）

シンケアサロン

デイサービスセンターきずなふじみ野市西

お申込み先 049-256-6886

〒356-0005 ふじみ野市西1-3-5（設楽耳鼻科から信号右折すぐ）