

# 出張!! 10月の「優カフェ」

## in もやい広場

～介護・認知症なんでも相談カフェ～

日時 平成30年10月13日(土) 13時～16時

場所 もやい広場(本通り商店街内)

内容 13:10より 認知症予防講座  
「健康寿命を伸ばしましょう」  
～脳活性・筋肉活性～

講師：谷口静幸先生(転倒予防指導士)  
石田隆弘先生(健康管理士)

その他、茶話会、相談コーナーなど

※予約は不要です。参加費：150円(喫茶、茶菓子)

### ～優カフェってどんなところ…?～

介護や認知症をテーマとするカフェです。  
ケアマネジャーをはじめ、医療・介護の専門職とゆっくりとした雰囲気の中で、話をしたり相談することができます。ちょっと一息つきに、出かけてみませんか!

どなたでも自由にご利用いただけます。



(お問い合わせ先)

「優カフェ」運営事務局

☎ (0946) 22-1051

介護老人保健施設 城山荘内

(朝倉郡筑前町大久保501番地)

企画共催：福岡県認知症医療センター朝倉記念病院