

# しょくじ にんちしょうよぼう 食事で認知症予防



しょくじ き  
食事どのくらい気をつけてますか？

ろうか にんちしょう よぼう たいせつ からだ のう けんこう いじ  
老化や認知症の予防に大切なことは、身体や脳の健康を維持することです。

あさ ひる ばん まいにち かい しょくじ た けんこう  
朝、昼、晩と毎日3回行う食事。食べているものがあなたの健康にとって、  
どんな役割を果たしているか知りたいという方も多いのではないのでしょうか。

きょうしつ しょくじ まな ひび けんこう す  
この教室で、食事について学び、日々を健康に過ごしましょう！



- **主催** しゅざい せんだいし しゃかいふくしほしんせんだいししょうがいしゃふくしきょうかい  
仙台市・社会福祉法人仙台市障害者福祉協会
- **日時** にちじ れいわ ねん がつ にち きん  
令和6年1月19日（金）10:30~12:00
- **場所** ばしょ せんだいしたいはくしょうがいしゃふくし かい えんだんがわ  
仙台市太白障害者福祉センター2階 演壇側
- **対象** たいしょう せんだいしざいじゅう しょうがい かた なんびょうふく めい  
仙台市在住の障害のある方（難病含む） 15名
- **費用** ひよう むりよう  
無料
- **申込締め切り日** もうしこみ し き び がつ にち もく  
1月11日（木）
- **講師** こうし めいりかい せんだいそうごうびょういん  
イムス明理会 仙台総合病院  
かんりえいようし は が ちさと し  
管理栄養士 芳賀 千智 氏



かんせんしょうよぼう きょうりやく ねが  
☆感染症予防のご協力をお願いしております☆

- ①マスクの着用をご協力をお願いします。
- ②発熱等の体調不良時の参加はお控えください。

## 《お問い合わせ・申込み先》

しゃかいふくしほしんせんだいししょうがいしゃふくしきょうかい  
社会福祉法人仙台市障害者福祉協会

〒980-0022 仙台市青葉区五橋二丁目12番2号

TEL 266-0294

FAX 266-0292

メール shakaisanka@shinsyou-sendai.or.jp



令和5年度 仙台市障害者健康指導教室

食事で認知症予防

《参加申込書》

[申込日：令和 年 月 日]

Form with fields for name, address, contact info, car, and emergency contacts.

※参加申込みに記載された個人情報、本教室に関する目的(参加者への連絡、ボランティア行事保険、次回以降の本教室に関する案内)にのみ使用させていただきます。
※発熱や体調不良時の参加はお控え頂き、当日は、マスクの着用にご協力をお願いします。