

～ 4月：カルチャー講座の御案内～

なってからでは遅い  
**認知症予防講座**

～認知症の要因と対策を解説～

2026年

4月15日(水)

14:30～17:00

会場・かながわ県民センター 711 会議室

横浜市神奈川区鶴屋町 2-24-2 (JR 横浜駅西口徒歩 5 分)

◆お話しの内容

- ・認知症とは、何らかの原因で認知機能(記憶、判断)が正常ではなくなり日常生活に支障を生じる病気です
- ・2025年には65歳以上の認知症・472万人、軽度認知症・564万人と推計されています
- ・厚生労働省は認知症の危険因子のとして「難聴」をあげました
- ・シニアの健康維持対策として「認知症予防」が極めて重要です。
- ・脳が音の刺激の低下に慣れたのが「難聴脳」です

・講座では下記の項目をお話しします

- |                    |                  |
|--------------------|------------------|
| ① 認知症の基礎、予防、対策について | ④ 難聴フレイル、補聴器利用   |
| ② 認知症と難聴の関係        | ⑤ 難聴フレイル者の幸せな生き方 |
| ③ 難聴、聴力について        |                  |

講師：卯尾直孝氏 プロフィール

- ・健康生きがづくりアドバイザー 講座センター、北ネット所属
- ・企業退職後、私立大学「キャリアセンター」勤務
- ・横浜シニア大学、都筑区老人クラブ連合会
- ・平塚市老人大学、湯河原町老人クラブ連合会
- ・企業、国立・私立大学、公立学校
- ・地区センター、地域ケアプラザ等の講師を務める



◆お問い合わせ、申し込み先

カルチャー講座事務局・都築 潔

☎080-3403-8763

e-mail<miyakos16@cx.em-net.ne.jp>

◆参加費

- ・会員：500円、
- ・非会員：1,000円