

市民公開講座

**「住み慣れた地域で、
元気に、あなたらしく生きるために」
～100歳まで元気に！！～**

1. 開会	あきる野市医師会長	下村 智 氏
2. 挨拶	あきる野市長	澤井 敏和 氏
3. 講演		
1)認知症にならない、脳の作り方	米山医院	米山 公啓 氏
2)元気に過ごすために知って得する話		
①今さらですが、お薬	みどり薬局	小金澤 繁美 氏
②口腔ケアから始める介護予防	布田歯科医院	布田 博 氏
3)毎日元気に		
①家でできる簡単エクササイズ	草花クリニック	今田 一範 氏
②相談窓口を利用しよう	あきる野市医療・介護地域連携支援センターより	
4. 閉会	あきる野市医療・ 介護地域連携支援センター長	葉山 隆 氏

令和元年 **9月7日(土)**

午後2時～4時(開場午後1時30分)

秋川キララホール (あきる野市秋川1-16-1)

申し込みはいりません。入場無料(定員600名)



問い合わせ：あきる野市医療・介護地域連携支援センター (TEL:042-558-0556 月・火・水・金曜日)

後援：あきる野市介護事業者連絡協議会、東部・中部高齢者及び五日市はつらつセンター
秋川歯科医師会、あきる野薬剤師会、あきる野市介護老人福祉施設連絡協議会