

認知症を知り、地域をつくる

これからの

# 地域イキイキセミナー

～認知症予防！  
～認知症になっても安心して暮らせる！  
～これからのまちづくり！

9/4(火)

定員  
30名

(会場)

室蘭市中小企業センター

[室蘭市東町]

株式会社サムライト 代表取締役  
NPO法人介護予防で日本を元気にする会 代表

光岡 真里

講師



講師略歴

2003年 子育て中にシニア向けパソコン教室を開講。  
2009年 ITを使った認知症予防の為に「みつおか式 脳若  
トレーニング」を開発。全国70市町村の自治体で開催。  
2013年 介護予防の啓蒙を目的に「特定非営利活動法人  
介護予防で日本を元気にする会」を設立。  
2015年 『第5回日本認知症予防学会』にて、  
そのトレーニング効果と地域への広がりを発表。

これからも、クラウド+人材育成の仕組みで  
超高齢社会の問題解決を目指します。

認知症を知ろう

認知症を予防するには？

タブレットを使った脳若体験

もし、認知症になったら

安心して暮らせるまちづくりのために

みんなで認知症を支える



日時： 平成30年9月4日(火) 13:15～15:15

会場： 室蘭市中小企業センター 2階 小会議B  
室蘭市東町4-29-1

受講料： 無料

定員： 30名(申込み先着順)

主催

NPO法人くるくるネット

〒051-0011 室蘭市中央町2-8-10  
電話 070-5601-7968

当日は、タブレットを使った脳のトレーニングを  
体験していただきます！  
地域づくりの事例等もお話いたします

お申し込みは今すぐお電話で



(070)5601-7968

・お申込先：くるくるネット 鳥山まで