

脳の健康度テスト（ファイブコグ検査）を実施します ～元気なうちから認知症予防に取り組みましょう～

認知症は脳の知的機能が低下し、日常生活においてさまざまな支障がでてくる状態です。老化現象だと思われがちですが、脳の障害によって起こる病気で、誰もがかかる可能性があります。認知症の発症や進行は、生活習慣と大きく関係しており、早期に自分の状態を知り、予防に取り組むことが大切です。

いつまでも健康な脳でいるために、ファイブコグ検査で今の自分の脳の状態を知り、認知症予防に取り組んでみませんか。

▼ファイブコグ検査とは？

脳の機能のうち、記憶、注意、言語、視空間認知、思考の5つの機能を測る検査です。これらの機能は、認知症になりかけの時に低下しやすいと言われているため「脳の機能が低下していないか」低下しているとすれば、「どんな機能が低下しているか」を知り、その部分を日常生活の仕方で鍛えていくことが、認知症予防に有効な手段の一つと考えられています。検査時間は45分程度で、スクリーンを見ながら検査を行います。

- 対象者 周防大島町内に住所を有する65歳～79歳までの介護保険の要支援・要介護認定を受けていない方で、原則として2回とも参加できる方。
定員30名（先着順とします）

- 場所 久賀総合センター

	日 時	内 容
1回目	6月19日(水) 午後1時30分～3時30分	認知症予防についての講話 ファイブコグ検査の実施
2回目	6月26日(水) 午後1時30分～3時30分	ファイブコグ検査結果の説明 認知症予防活動の紹介

参加を希望される方は、6月10日(月)までに介護保険課地域包括支援センターへ電話で申し込んでください。お友達、ご近所お誘いあわせの上、ぜひご参加ください。

■申し込み・問い合わせ

介護保険課地域包括支援センター ☎0820(77)5530

大型クルーズ船
「にっぽん丸」が周防大島
に初寄港します



瀬戸内海・周防大島クルーズとして日本有数の大型客船「にっぽん丸」が6月19日(水)午後8時に神戸港を出港し、翌日20日(木)午前6時過ぎに周防大島町椋野沖に初めて寄港します。

椋野沖に到着後、午前8時ごろから乗船客が椋野漁港に上陸、クルーズ船の初寄港地で行なう歓迎セレモニーを行った後に乗船客が周防大島町内外の観光を行い、午後5時に椋野沖を出港し再び神戸に帰る予定です。この瀬戸内海クルーズには神戸～周防大島、周防大島～神戸までの片道乗船も可能となつていきますので、乗船を希望される方は、商工観光課までお問い合わせください。

○初寄港歓迎セレモニー

・日時

6月20日(木) 午前8時ごろ

・場所 椋野漁港

■問い合わせ

商工観光課

☎0820(79)1003