

「在宅医療と介護を考える市民のつどい」 を開催します

認知症は高齢者だけの病気ではありません。若いうちからの生活習慣が発症に関係するとも言われています。20年後の自分のために今からできることがあります。生活習慣と脳や身体の関係、気になりませんか?また、認知症になっても自分らしく暮らし続けるために知っておいてほしいこともあります。医療や介護の情報コーナー、健康チェックコーナーもあります。ご家族みなでご参加ください。

1 日 時 令和8年9月26日(土) 午後2時～3時40分(開場:午後1時)

2 会 場 市役所多目的ホールおよび市民ホール

3 内 容

講演「風邪は万病のもと、万病は認知症のもと?」

講師 下島委員 下島 桐先生

講話「認知症になっても自分らしく暮らし続けるために」

講師 若年性認知症支援コーディネーター 東 孝雄氏

「医療・介護情報コーナー」(同時開催)

「健康チェックコーナー」(午後1時から1時45分)

4 その他 定員80名(先着順)

申込期間:8月26日(水)～9月18日(金)

申込先:伊那市役所 福祉相談課 電話96-8101

5 添付資料 ☒ 有 ☐ 無

本件に関するお問い合わせ先

～認知症の新情報～

20年後の自分のために 今からできることがある

参加無料

事前申込制

定員 80 名

託児あり

40代・50代の働き盛りだからこそ知っておきたい、
脳と身体のリアルな話を聴きにきませんか？

日時 令和8年9月26日（土）

会場 伊那市役所 1階 多目的ホール

*休庁日のため、西側玄関からお入りください

内容 13:00 開場

14:00 講演「風邪は万病のもと、
万病は認知症のもと？」

講師 下島医院 ^{しもじま} 下島 ^{ひさ} 桐先生

15:00 「認知症になっても自分らしく暮らし続けるために」
若年性認知症支援コーディネーター ^{ひがし} 東 ^{たかお} 孝雄氏

15:40 終了



★情報コーナー

健康・医療・認知症・介護の情報が満載

★健康チェックコーナー

自分の体の状態をチェックしてみよう

13時～

13時45分

📞こんな方におすすめ📞

- ☆自分や家族の健康が気になる方
- ☆認知症予防に関心がある方
- ☆親やパートナーが心配な方
- ☆将来の自分や家族が心配な方 など

主催 伊那市 在宅医療連携推進協議会

【問い合わせ・申込み】 伊那市役所 福祉相談課 相談支援係

電話:96-8101

e-mail: fsk@inacity.jp

申込期間:8/26～9/18

*ただし定員に達し次第終了

QRコードからも申込みできます。

