恵庭市

令和６年度

 **脳をいつまでもいきいきに講座**

ファイブ・コグ検査とは？

認知症になる前に低下しやすい「記憶」「注意」「言語」「視空間認知」「思考」の側面から

脳の認知機能を測る検査を行い、自分の脳の状態を知ることができます。

検査では脳の状態を把握するだけではなく、個々の検査結果に合わせた脳の鍛え方に

ついてもお伝えします。

検査(1日目)

DVDを用いた45分程度の検査を行います。

評価・講座(2日目)

検査結果を返却し、結果に合わせた脳の元気を維持する方法をお伝えします。

採点

年齢等で調整した偏差値(自身の得意・不得意)を出します。

〇対　象：おおむね６５歳以上の方

〇定　員：20名程度

〇会　場：恵庭市民会館2階 大会議室

〇日　時：１４：００～１５：３０



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | １日目 | ２日目 |
| 第１回目 | ~~令和６年５月２８日(火)~~満員にて申込終了 | ~~令和６年６月１８日(火)~~満員にて申込終了 |
| 第２回目 | 令和６年７月１８日(木) | 令和６年８月２２日(木) |
| 第３回目 | 令和６年１２月１３日(金) | 令和７年１月１７日(金)●２日間で１コースの講座です。 |

〇その他：映像による検査を行いますので、眼鏡や補聴器が

必要な方はご持参ください。

申し込み・問い合わせ先

　　　たよれーる みなみ(恵庭市みなみ地域包括支援センター)

　　　認知症地域支援推進員　奥宮　啓　　　☎0123-34-8467