

# 朝活

開館前の図書館で  
**認知症予防講座**

# 図書館



読書には脳の活性化、うつ予防などの効果があり、認知症予防になることが期待されています。また、回想法※<sup>1</sup>の体験も認知症予防効果があります。

さわやかな朝の図書館で、脳を活性化してみませんか

※1 回想法とは、昔のことを思い出して話したりすること

◇ 日 時 令和7年 **12月23日(火)** 9時～10時

◇ 会 場 **美濃加茂市東図書館**



◇ 内 容  
第1部 認知症予防ミニ講座  
第2部 昭和34～48年代の美濃太田駅周辺の写真を見ながらおしゃべりしましょう♪

◇ 対象者 **美濃加茂市内在住で認知症に関心のある方**

◇ 定 員 **15名**(先着順) ※最少催行人数5名

**申込先**

申込期間:12月1日(月)～22日(月)

美濃加茂市高齢福祉課 地域包括ケア推進係  
TEL 25-2111[内線 502]

