

認知症疾患医療センターと共催でイベント「認知症予防のための運動の大切さ」を開催！

- 企業名 フィットネスクラブピノスけいはんな
- 取組の名称 認知症疾患医療センターと共催でイベント「認知症予防のための運動の大切さ」を開催！
- 共同宣言 9 様々なツールを活用し、役立つ情報を届けます

京都府基幹型認知症疾患医療センター（京都府立医科大学附属病院）との共催により、地域の成人の方を対象にイベントを開催。新型コロナウイルス感染予防対策のための自粛生活が長引き、引きこもりなどによる“運動不足”や“認知症リスク増加の可能性”が社会課題となっている中、「認知症を予防するためにどういったことに取り組めばよいか」、また、「いざ自身や家族が認知症になったときに備えて、何をすればいいのか」について認知症専門医であり京都府立医科大学教授の成本先生からお話を聞きました。

また、ピノスのスタッフで水泳元日本記録保持者でもある井口から生涯運動を続ける大切さや、シニアにおススメのエクササイズを紹介し、最後はフレイル運動レッスンも実施しました。

■イベント募集ページ

<https://www.pinos-k.com/page4/?id=2938>



成本先生のお話