

これなら
できる!

今日から始める



認知症予防の10習慣

開催日

9月20日(日) 10:30～
〈開場10:00〉

会場

みんなの賑わい交流拠点 コンパス
1階イベントスペース

講師

東京情報大学看護学部看護学科 ながさか たか え
成人・高齢者看護学分野 准教授 長坂 奎英 氏



経歴

1969年に東京都調布市で生まれ、1976年より千葉県野田市在住。
1991年に看護師資格を取得し、慈恵医大柏病院、九段坂病院、野田病院、
キッコーマン総合病院で勤務した後に2023年より大学で高齢者看護を教えている。
専門は高齢者看護、看護管理、看護倫理、認知症ケア。
4人家族(息子2人)。座右の銘は「初志貫徹」。

- 2012年 老人看護専門看護師
- 2018年 キャラバンメイト
- 2025年 もしバナマイスター
- 2023年 東京工科大学医療保健学部看護学科高齢者看護学教員
- 2025年 東京情報大学看護学部看護学科成人・高齢者看護学領域教員

こんな内容をお届けします!

- ✓ 認知症に関する〇×クイズ
(みんなで楽しくチャレンジ!)
- ✓ 今日からできる! 認知症に
なりにくい生活習慣BEST10
- ✓ ちょっとした工夫で、脳も心も
元気に!



どなたでもお気軽にご参加ください!

先着

50名

(事前予約制)

申込先

みんなの賑わい交流拠点

コンパス

TEL: 0478-79-5773



コンパス
みんなの
賑わい交
流拠点
のステ
ィー



駐車場は3時間まで
無料です



〈駐車券〉をご持参の上、
2階総合受付で〈駐車サービス券〉を
必ずお受け取りください