

市民公開講座

参加費
無料!

ボケない技術(テク)

講師

奥村 歩 氏

おくむらメモリークリニック院長

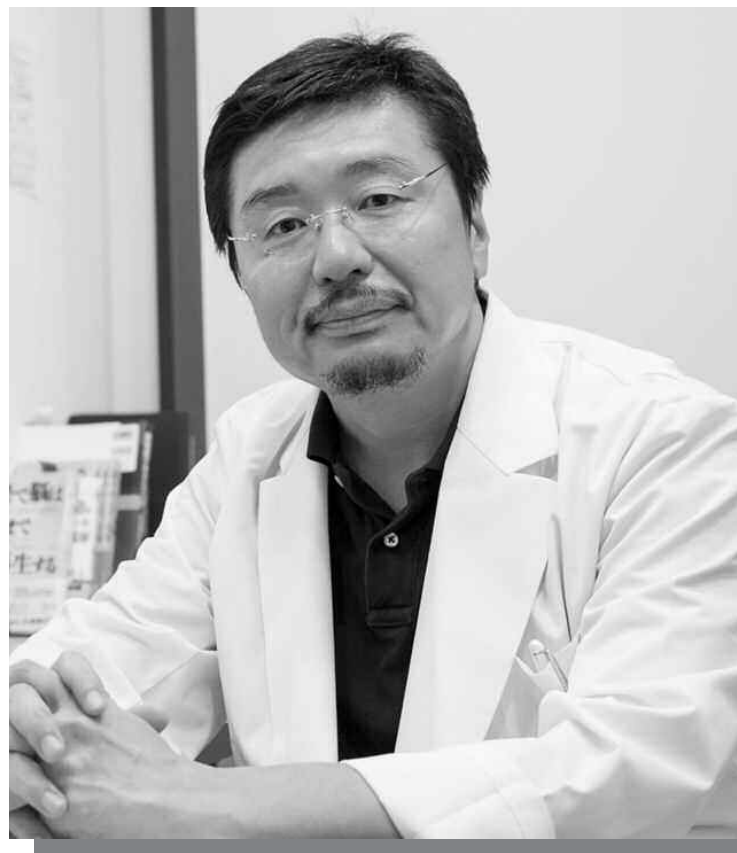
2018年 **12月9日(日)**

午前**10時~12時** (9時半開場)

岐阜産業会館・第一会議室

(岐阜市六条南 2-11-1/TEL058-272-3921)

参加費 **無料** 定員 **100名(事前申込制)**



私たちが、楽しく暮らすには、「脳の健康」が重要です。高齢に従い脳に老廃物が溜まる認知症。ストレス社会のスマホなどの依存による脳過労。いずれも脳の健康の大敵です。認知症も脳過労も、現代人の生活習慣の申し子です。毎日の日常生活の見直しで、予防できる確率が高まります。私たちには、脳の病(やまい)に対抗する力(認知予備力)が備わっています。講演では脳の名医が、認知症や脳過労などの正体と予防について話します。「どのように脳と身体を使うか」「どんな脳トレをするか」「何を食べるか」「いかに人や医者と関わるか」など、日々の暮らし方で認知予備力を高めて、元気に参りましょう。

講師プロフィール

医師/おくむらメモリークリニック院長

現在、脳神経外科医の視点から全人的診療を展開している。岐南町にあるクリニックには、全国から毎日150人が受診。脳神経外科学会(評議員)・日本認知症学会(認定専門医・指導医)・頭痛・めまい研究会などのスペシャリスト。

一般向けに頭痛・うつ病・脳卒中・認知症の予防、対応など、脳と心の健康を啓蒙する出版・講演・テレビ出演が多数。

参加をご希望の方は事前にお申し込みください

TEL058-267-0711/Eメールgifu-hok@doc-net.or.jp
右記のQRコードからもお申し込みいただけます

申込メール作成用
リンクQRコード



参加申込書/FAX058-267-0712

参加者氏名

参加人数



JR岐阜駅・名鉄岐阜のバス停にて岐阜バス「県庁」「OKBふれあい会館」行きに乗車、「産業会館前」で下車。無料駐車場(350台)有り。

主催 岐阜県保険医協会 後援 岐阜県、生活協同組合コープぎふ