

図書館でいきいき 脳活！

ものわすれが
気になったら……



認知症予防のために、図書館で脳活(=脳の活性化)してみませんか？

とき

令和7年 9月4日(木) 13:30～15:00

定員 30 名(要申込) *申込は8/1(金)から、能登川図書館で受け付けます

ところ

能登川図書館 集会ホール

認知症ミニ講座

13:30～14:00 (30 分)

認知症ってどんな病気？
家族が認知症になったら、
どこに相談しよう？
地域包括支援センター職員が
わかりやすくお話しします。

フレイル予防のお話

14:00～14:20 (20 分)

社会福祉協議会職員が
フレイル予防のポイントを
お伝えします。
体も心もスッキリする予防
体操を覚えてぜひ習慣に。

図書館司書と楽しむ

おはなし会

14:20～14:50 (30 分)

紙芝居にあわせてみんなで
一緒に歌いましょう。
音読や早口言葉にも
挑戦！



「ビワテク」アプリ

活用のススメ

健康推進アプリ「BIWA-
TEKU(ビワテク)」の利用
方法を紹介。ポイントを
集めて、健康と景品を
ゲットしましょう！



脳活スタート 応援本コーナー

認知症や介護予防の知識を
深める本、頭の体操になる
クイズ本など脳活に役立つ
本を紹介します。能登川図
書館の新コーナー、「いきい
きコーナー」も案内します。



<主催・申込み・問合せ>

●東近江市立能登川図書館 水曜日～日曜日 10 時～18 時

【電話】0748-42-7007 【IP】050-5801-7007 【休館日】月・火曜日・7/23・8/22

<共催> ●東近江市地域包括支援センター ●東近江市長寿福祉課 ●東近江市社会福祉協議会

