

Kレンジャーの 手作り工房

お口の健康 × 認知症予防 の巻



認知症予防の第一歩は口腔機能の維持から！！



内容：①口腔機能と認知症予防の関係についての講義
②自分史ノート作り

日時：令和4年8月26日（金）10:30～11:30

講師：ウェルハウス協和
言語聴覚士 加藤氏



★自分史ノート



自分史ノートを作りながら、
昔の自分を振り返ってみたいか？

①自分の名前をフルネームで書く。	②自分の生年月日を書く。
③小学校、中学校の通っていた学校名を書く。	④お父さんはどんな人ですか？
⑤仕事や趣味を書く。	⑥お母さんはどんな人ですか？
⑦家族構成（兄弟姉妹）を書く。	⑦お祖父お祖母はどんな人ですか？
⑧幼少時代の思い出を書く。	⑧結婚した相手の名前や職業、趣味を書く。
⑨高校時代の思い出を書く。	⑨子育て経験はありましたか？
⑩大学時代の思い出を書く。	⑩家族以外に大切にしている人を書きましょう。
⑪就職先や退職の理由を書く。	⑪学生時代の思い出を書きましょう。



申し込みは裏面に

申し込み方法



場 所：健都ライブラリー 多目的室
参加定員：15名（先着順）
対 象：概ね65歳以上の方
費 用：100円
申込方法：電話、窓口、FAX
お申込先：吹田市立健都ライブラリー
TEL：06-6388-3800 FAX：06-6105-9102
講師協力：医療法人協和会 ウェルハウス協和
吹田市岸部地域包括支援センター

※新型コロナウイルス感染症拡大防止の為、マスクの着用をお願いいたします。また、体調がすぐれない場合は参加を見合わせていただきますようお願いいたします。

お申し込み用紙 **※申込は8月8日（月）から**

お名前	
ご年齢	
ご連絡先	
ご住所	

※FAXの場合は、用紙を切り取らずに送信してください。

吹田市立健都ライブラリー

指定管理者 健都パークライフ創造パートナーズ
〒564-0018 吹田市岸部新町2-31

多目的室

TEL 06-6388-3800

FAX 06-6105-9102