

参加無料

生活応援セミナー  
ミドル世代編

# 認知症

を遠ざける



予防

改善

ポイント3選

食生活を見直すことで、認知症の発症を軽減

日本の高齢化率(総人口に占める65歳以上の割合)は増加の一途を辿り、2030年には30%を超えようとしています。高齢化とともに認知症患者数も増え続け、2022年の統計では、65歳以上の4人にひとりが認知症または軽度認知障害であると発表され、大きな社会問題となっています。

一方、認知症に関する研究が世界各国で進められ、現在では「認知症は予防・改善できる時代」となりつつあります。正しい知識を身につけて、生活習慣を少しだけ見直すことで、認知症の発症リスクを軽減させることができます。

2026

開催日時

5.30.土

参加無料

10:00~11:30

内容

- ① 軽度認知障害(MCI) リスク度チェック
- ② 認知症の現状・代表的な認知症の症状について
- ③ 軽度認知障害(MCI) ~ 認知症初期で現れるサイン
- ④ 認知症になる原因と予防・改善策について

講師

認知症予防・改善出張サポート  
笑幸の杜 代表

濱口 幸伸氏

会場

エル・おおさか本館7階  
708号室

定員 35名



問合せ先 (一社) 大阪労働者福祉協議会 大阪市中央区北浜東3-14

大阪労働協は近畿労金・こくみん共済coop・労働団体と連携して、勤労者とその家族の福祉向上のための活動[ライフサポートセンター、退職準備セミナー、各種相談活動、なにわ美術展]などを行っています。

お電話またはWEBよりお申し込みください。

いただいた個人情報は、本件以外に使用しません。

06-6943-6025

<https://osakarofukukyo.or.jp>

