

## 【生涯学習】H26年度 県民講師チャレンジ講座「認知症の予防を楽しく実践する “方法”を考える」を開催しました。

県民講師チャレンジ講座は、公募により県民自ら講師となり、講座を開催する事業です。

講座名 「認知症の予防を楽しく実践する“方法”を考える」

講師名 百武 勝

日 時 平成27年3月25日(水) 14時00分~16時00分

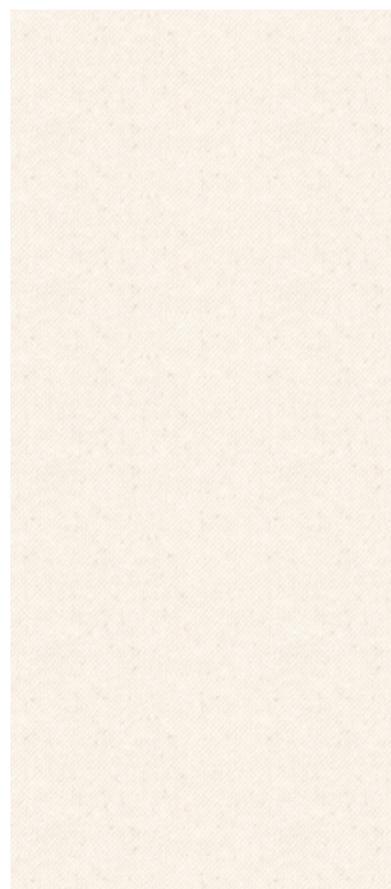


講師の百武さんは、テレビや自治体主催の講座で認知症について学びました。さまざまな予防方法があることを知ったことで、その中から自分に合った予防方法を選ぶことができる機会が必要だと感じ、今回の講座を開催されました。



講座の最初に、百武さんが認知症に興味を持ち、勉強を始めるまでの経緯を説明すると、共感した受講者の方がうなずいていました。

その後、認知症の予防に効果があると言われる「計算問題」「体操」「折紙」「お手玉」を体験しました。どれも楽しく、童心に返った受講者の方から歓声が上がっていました。





百武さんの「楽しく続けられることが一番大切」というアドバイスが心に残りました。

【講座に参加した方の感想より】

- ・日頃から前向きに過ごすことの大切さを改めて感じた。
- ・わかりやすく、やさしい語り口と、具体的な体験談が良かった。
- ・お手玉をやって、久しぶりにたくさん笑った。
- ・受講者同士の交流の場にもなっていた。

百武さんの今後の講師としての活躍を応援しています！

[← 戻る](#)

[↑ このページの上へ](#)

**アバンセ** 佐賀県立男女共同参画センター  
佐賀県立生涯学習センター

 [アクセス・交通機関のご案内](#) ▶

 [お問い合わせ/ご意見・ご要望](#) ▶

**アバンセ**  
佐賀県立男女共同参画センター・佐賀県立生涯学習センター

〒840-0815  
佐賀県佐賀市天神三丁目2-11(どんどんの森内)  
TEL:0952-26-0011 FAX:0952-25-5591

【指定管理者】[公益財団法人 佐賀県女性と生涯学習財団](#)

Copyright (C) 2011 Avance All rights reserved

開館時間

火曜～土曜日：8時30分～22時00分  
日曜・祝日：8時30分～17時00分  
(ホールは22時00分まで)

休館日

毎週月曜日(祝日も含む)  
12月29日から翌年1月3日まで