

2026年度 第5回
区東北部 地域リハビリテーション支援センター研修会

～ 地域住民の皆様向けご案内 ～

脳を元気に保つために今できること

～脳科学と人類進化から学ぶ認知症予防のヒント～

講師
国際医療福祉大学 大学院
保健医療学専攻 福祉支援工学分野
教授 石井 慎一郎 先生

認知症予防は、物忘れが気になってから始めるものではありません。症状があらわれるずっと以前から、どのような生活や活動を積み重ねるかが、将来の脳の健康を大きく左右します。

本講座では、世界的に注目される「Nun Study(修道女の研究)」と人類の脳進化という二つの視点から、認知症予防のヒントを探ります。同じように脳に変化が生じても認知症を発症しない人がいるのはなぜか。その鍵を脳科学・進化生物学の知見をもとにわかりやすく解説します。自分や家族の将来の健康が気になる方に、ぜひお聴きいただきたい内容です。

日時：2026年10月10日（土）15:15～16:15
(受付 15:00より)

場所：すこやかプラザあだち 3階 研修室

定員：50名

対象：主に足立・荒川・葛飾区にお住まいで
認知症予防に興味のある方

申込み：下記①②のいずれかの方法で
申込みをお願いします。

地域住民
の方はこちら
から申込み

- ① 二次元コードから →
- ② URLから→<https://forms.gle/e8LwiippzmQbZr1RA>



申込み期限：2026年 9月29日（火） ※ 複数名でお申込みの場合もお一人様ずつお申込みください。
※ 10/3（土）までにメールにてご案内をお送りします。メールが届かない場合は当センターまでお問合せください。

主催 区東北部 地域リハビリテーション支援センター 社会医療法人社団 医善会 いずみ記念病院
お問合せ：TEL 03-5888-2160 Email:kutouhokuriha@gmail.com 事務局 成田・藤枝

共催 区中央部 地域リハビリテーション支援センター 東京慈恵会医科大学附属病院
後援 足立区医師会・足立区・荒川区・葛飾区