

認知症予防セミナー

1分間

脳年齢チェック
しませんか？



脳年齢測定時間

10:00～16:00

(セミナー時間を除く)

ひらめく毎日へ！ 今からはじめる 脳トレ

来場者
PRESENT!

丸大食品(株)試供品



認知機能サポート成分「鶏ムネ肉プラスマローゲン^(*)」をご紹介します

認知症の症状や原因を解説し、
予防方法を説明します。

実際に脳トレ体操を行い、日常的
に認知症対策をしていただける
よう提案します。

軽い運動をしますので、
動きやすい服装で
お越しください。

2025

11/22
Sat.

① 第一部

10:30 - 11:20

(開場 10:00)

② 第二部

14:00 - 14:50

(開場 13:30)

※各回同様の内容です。

認知症予防セミナー

● 認知機能チェック

● 認知症予防ポイント

生活の中で取り入れやすい認知症
対策や脳トレ体操を体験してみま
しょう！

講師

丸大食品株式会社
中央研究所

澤田 有里氏

脳トレ体操講師

(一財)松本ヘルス・ラボ
健康運動指導士

中村 祐希氏

参加
無料

定員 | 30 名(各回/先着順)

申込
不要

会場 |
イオンモール松本
風庭2F イオンホール

(*)プラスマローゲン情報
紹介サイトはこちら



当日入会もOK！
松本ヘルス・ラボ会員

大募集!

会員登録無料



お問合せ



一般財団法人
松本ヘルス・ラボ
松本市中央1-18-1 Mウイング1階

TEL 0263 - 39 - 1139

平日 10:00～17:00

松本ヘルス・ラボ

検索