

MCI って知っていますか？

MCI（軽度認知障害）とは、
認知症の一步手前の状態のこと



放っておくと認知症に進行しますが、適切な予防をすることで
健常な状態に戻る可能性があります。

☒ こんなことはありませんか？

- ☐ 最近探し物が増えた
- ☐ 約束をよく忘れるようになった
- ☐ 外出がおっくうだ



それはMCIのサインかも！？
気になったらぜひご参加ください



MCI？知って始める脳の元気アップ講座

先着順
要予約

参加
無料

脳は、何歳からでも変えられる
～今日から始める、脳を元気にする運動習慣～

2026年10月8日（木）14：00～15：30

福岡市舞鶴庁舎2階研修室（中央区舞鶴1-4-13）

⚠ 会場の駐車場、駐輪場は利用できません。
公共交通機関でお越しください。

福岡大学病院
健康運動指導士
松田 拓朗氏



【お申込み】9月1日（火）9：00より、
HPまたは電話にて受付開始

講座の詳細及びHPからの申込は右コードより→

【お申込み・お問い合わせ】

中央区地域保健福祉課 TEL：092-718-1110

