

自宅で

脳健康度測定のご案内



脳健康度測定とは？

「記憶する」「考える」「判断する」などの脳健康度をチェックするものです。パソコン・タブレット・スマートフォンの画面に表示されたトランプカードを使って記憶力などを測定します。

※認知症の予防・診断を目的としたものではなく、健康意識を高めるためにうことを目的としています。

【対象】おおむね60歳以上の由布市民
(認知症治療中の方は対象外)

【定員】先着50名

【申込期間】9月13日(金)まで

【申込方法】下記URLもしくはQRコードよりお申し込みください。

☆参加費 無料

☆健康マイレージ600p贈呈

≪URL≫⇒<https://logoform.jp/form/cUDX/648886>

≪QRコード≫⇒



※お申込み・測定時に通信料がかかります

脳健康度測定方法

申し込み後に郵送されたURLもしくはQRコードより脳健康度測定の画面にアクセスし、画面に表示された説明に従って測定します。

(URL・QRコードは9月20日頃郵送予定)

測定所用時間：約15分程度

※測定結果によっては、脳健康に関してご連絡する場合があります。



スマートフォンやタブレットでの測定に自信がない、認知症について学びたいという方は認知症予防教室へご参加ください。認知症予防教室については裏面をご覧ください。

初日は、タブレットを使用して
脳の健康度
をセルフチェック！

認知症予防教室

参加者募集のご案内

他、初日に体力測定や
血管年齢の測定も
行います！

「私はまだまだ大丈夫！」と思っているあなたも・・・

若いうちから脳の健康を考えてみませんか？

	<1日目> 認知機能と認知症 について知ろう 10:00～12:00	<2日目> 脳の健康のために “今” できること 10:00～11:30	<3日目> 由布市で安心して 生活するために 10:00～11:30
湯布院	9月4日(水) 湯布院健康温泉館 多目的ホール	9月30日(月) 湯布院福祉センター 大会議室	11月6日(水) 湯布院福祉センター 大会議室
庄内	9月13日(金) 庄内庁舎大会議室	10月11日(金) 庄内庁舎大会議室	11月18日(月) 庄内庁舎大会議室
挾間	10月2日(水) みらい館大研修室	10月23日(水) みらい館大研修室	11月29日(金) みらい館大研修室

【対象】 おおむね60歳以上の由布市民

【定員】 各地区先着15名

【申込期間】 希望する教室の3日前まで

【服装】 動きやすい服、履物でご参加ください

☆参加費 無料

☆健康マイレージ800p贈呈

☆おおいた歩得400p贈呈

体の健康と同じくらい **“脳の健康”** も大切です。

若いうちから自分の変化に気づくことが
今の生活を続けることにつながります！！



スマートフォンやタブレットがあれば脳の健康度測定が可能です。
教室参加が難しく自宅で脳の健康度測定を希望される方は裏面をご覧ください。

参加申し込み・お問い合わせ
由布市役所高齢者支援課

097-529-7349