

札幌市健康セミナー2024



腸からはじめる 認知機能維持

日時：令和6年11月13日（水）14:00～15:30
開場 13:30

会場：カナモトホール（札幌市民ホール）第1・第2会議室
（札幌市中央区北1条西1丁目）

対象：札幌市にお住まいの方、札幌市内に通学・通勤されている方
定員：100名（申込み多数時は抽選）参加無料

認知機能の低下には生活習慣が大きく関わっています。日頃の生活から取り入れることの出来る対策方法について、ご紹介いたします。

1. 講演1 認知症はもう怖くない！

～アルツハイマー型認知症は防げるのか？

また認知症になつたとしても幸せに暮らすコツとは？～

講師 札幌いそべ頭痛・もの忘れクリニック院長
磯部 千明 氏



2. 講演2 腸からのアプローチ

～ビフィズス菌 MCC1274 による認知機能対策の可能性～

講師 森永乳業研究本部基礎研究所腸内フローラ研究室 研究員

3. 着座で可能なエクササイズ

講師 株式会社ルネサンスインストラクター

◆申込方法◆

申込期間：令和6年9月25日（水）～10月18日（金）

申込先：札幌市コールセンター

WEB（二次元コードから）または

電話は混み合う可能性がありますので、可能な限りWEBからお申し込みください。

電話：011-222-4894（年中無休8時～21時）

申込必要事項：1回の申し込みで、2名までのお申し込み可。結果は代表者に、11月6日（水）までにハガキで通知します。

(1)参加者氏名（漢字・ふりがな）※参加者全員

(2)代表者の郵便番号、住所

(3)代表者連絡先電話番号（携帯電話も可）

お申込みは
こちら



SAPPORO



主催 札幌市保健福祉局ウェルネス推進部 共催 森永乳業北海道株式会社
後援 40代からの認知症リスク低減機構



さっぽろ市
02-F08-24-1955
R6-2-1311