

事業名： 食生活の改善による認知症予防 講座

健康

事業内容	高齢者のたまりば(居場所)を10年以上運営してきた団体代表による認知症予防講座です。高齢者支援の現場で実証された認知症予防に食生活や生活習慣の改善が効果的であることや、症状や血液検査の結果からその人に最適な食事メニューをAIで簡単につくる方法等をお伝えします。	
対象と人数	認知症予防・フレイル予防に興味のある方 10人～50人	
開催場所・時間等	自治会等集会場等 約1～2時間	
活動地域	県東部	
必要経費	5000円+交通費	
メッセージ	生活習慣改善の食生活を見直し、みんなで明るく元気な100歳(百寿)を目指しましょう！	
団体プロフィール		
団体名(設立年) 代表者氏名	遊水匠の会 (1995年) 代表 小浜 修一郎	
団体の活動	【高齢者支援活動】 たまりば(居場所)を開設し、歌声喫茶やそば打ち会を行い生活習慣改善により認知症予防や食習慣の改善につなげたり、手すりの設置や庭木の手入れなどの生活環境の改善・高齢者萬相談「洗心亭」などを行っています。	
団体の目的	この会は、木工を通して「水の都・三島」の環境改善に寄与するとともに、水車作りの技術を学び次世代に継承し、この匠の技で身近の環境改善や介護歴18年の経験を活かしキャラバンメイトとして高齢者生活支援の認知症予防に広く社会に貢献することを目的とする。	
所在地	三島市富士ビレッジ41-14	
連絡先	電話	055-986-6072 携帯 080-2639-7181
	メール	kohamajp@yahoo.co.jp
ホームページとSNS	Facebook: https://www.facebook.com/shuichiro.kohama	
備考	毎週火曜日10:00～14:00 高齢者居場所サロン たまりば・かど 歌声喫茶 毎週土曜日16:00～19:00 高齢者通いの場たまりば一休 手打ち蕎麦処 毎週火曜日・毎週土曜日午後 高齢者萬相談室 洗心亭	