

令和6年度 第12回 紀北健康講座 今日からできる 脳の健康づくり

開催日

令和7年 3月 27日 (木)
(15:30~16:30) **参加無料**

会場

紀北分院 3階 A会議室



「最近、もの忘れが気になる…」そんな方へ。
「食事」「睡眠」「運動」「脳のトレーニング」が、
もの忘れのリスクを減らす大切なカギになります。
この講演では、毎日の暮らしの中で無理なく取り入れ
られる工夫をお話しします。
今日から始められるヒントを、一緒に学びましょう！



紀北分院
内科 助教
梶本 賀義

専門分野
脳神経内科全般、
パーキンソン病、
認知症、脳卒中

*参加費：無料です。

どなたでもお気軽にお越しください。

*開催情報はスマホ等でも

確認いただけます→



■ 紀北分院からのご案内

・認知症カフェ「カフェきんもくせい」の開催

みなでお話をする憩いの場所です。お気軽にお越しください。

※ 毎月第1火曜日 13:30~15:00開催です。

※ 当事者はもちろん、ご家族や予防が気になる方など、どなたでも参加いただけます。

・専門看護師、認定看護師の配置

がん看護、認知症看護、感染管理及び緩和ケアのスペシャリストが在籍しています。
お悩みや不安があれば、お気軽に当院にご相談ください。



本件に関するお問い合わせ先：事務室医事班・川村

電話：0736-22-8364 メール：kawamura@wakayama-med.ac.jp