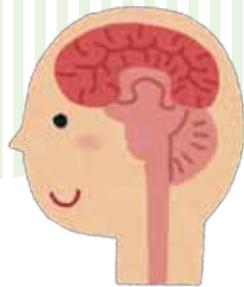


トピックス



今こそ認知症を  
予防する生活習慣を!

# めざせ! 生涯健康“脳”

認知症は生活習慣病と関係しているの?!

高血圧症、糖尿病、脂質異常症、肥満などの生活習慣病は認知症の発症リスクが高くなると言われています。認知症について正しい知識を身につけ、今日から脳を守る生活習慣を始めてみませんか?

## 生活習慣の乱れから認知症に!?

運動不足や偏った食生活などの生活習慣の乱れが続くと…



高血圧、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病を発症しやすくなり…



症状が進むと、動脈硬化により脳出血、脳梗塞を発症する危険性が高まります



もっと認知症予防について知りたい方は…

## 認知症予防講演会開催!

- 日時** 平成29年1月14日(土) 14:00~16:00
- 場所** 区役所5階 会議室 **参加費無料**
- 対象** 区内在住・在勤者100名(申込先着順)
- 講師** 国立循環器病研究センター脳神経内科部長 猪原 匡史 先生
- 申込** 12月5日(月)9:00から電話にて受付

<講師紹介>

国立循環器病研究センター脳神経内科部長。数々の受賞歴があり、多くの自治体や企業の講演会で講師を勤める。認知症予防における保健医療分野の第一人者。

認知症予防は、「生活習慣病の予防」がカギです!!  
まずは生活習慣を見直しましょう。



問合せ 保健福祉課(健康相談) 2階21番 電話 6308-9968

## 成人の日 記念のつどい

新春に成人の日を迎えられる約1,400人の皆さんの、夢と希望にあふれる門出を祝福する「成人の日記念のつどい」を開催します。記念式典の他に実行委員会による雑煮の振る舞い等があります。お気軽にご参加ください。

- 日時** 平成29年1月9日(月・祝) 13:00~(12:00開場)
- 場所** メルパルク大阪 メルパルクホール(宮原4-2-1)  
JR・地下鉄御堂筋線「新大阪駅」より徒歩約5分
- 手話通訳を行います ○車イスでお越しの方はご案内しますのでお申し出ください
- お車でのご来場はご遠慮ください ○会場内は禁酒・禁煙です
- 対象** 平成8(1996)年4月2日~平成9(1997)年4月1日  
生まれの方

※記念式典につき、ホールへの入場は新成人の方のみとさせていただきます。

- 主催** 淀川区役所
- 共催** 淀川区成人の日記念のつどい実行委員会
- 問合せ** 大阪市コールセンター なにわコール  
電話 4301-7285 FAX 6373-3302  
市民協働課  
電話 6308-9734 FAX 6885-0535

おめでとう!



## ホームページバナー広告募集!

淀川区役所のホームページにバナー広告を掲載しませんか? 1枠月額5,000円で、1か月単位で掲載できます。お気軽にお問い合わせください。(申込み締め切り: 掲載開始月の前々月の末日必着) **問合せ** 政策企画課 5階51番 電話 6308-9404 FAX tl0009@city.osaka.lg.jp

