

三重県立図書館セミナー

読書療法 **de** 認知症を予防しよう！

ご存じですか？

読書は認知症予防に効果的



読書は集中力や記憶力を働かせ、脳や認知機能を活性化します。
また、読書は感情を豊かにしてくれる良薬です。
自分にピッタリの本で毎日生き生き過ごしましょう！

講師 ドライデン いづみ氏（三重県立看護大学 准教授）

令和7年

日時

9月11日 木

定員

20名（先着順）

14:00～15:30

参加費

無料

会場

三重県総合文化センター 生涯学習棟2階 まなびラボ
（三重県津市一身田上部田1234）

お申し込み

令和7年8月2日（土）9時より受付開始

電話・電子メールまたは三重県立図書館カウンターにて受付します。
定員に達し次第、お申し込みを終了いたします。

**申し込み
問い合わせ**

三重県立図書館 情報相談課

電話：059-233-1180 メール：mie-lib@library.pref.mie.jp