News Release　兵庫医科大学病院

2025年6月4日

報道関係者各位

兵庫医科大学

体験して学べる 日々の生活で実践できる
「あなたの脳を元気に！今からできる脳の健康づくり」を開催

兵庫医科大学リハビリテーション学部は、「脳も心も元気でいたい」という一般市民の方向けに、加齢による脳の機能の低下や認知症の仕組み、そして日々の生活の中で実践できる脳を元気に保つ工夫について、知ってもらうことで地域の方々の健康増進に寄与することを目的とした体験しながら学べる公開講座を実施します。
講演後には、健康相談(※事前申し込みの方優先)も実施します。

日時　：　2025年6月28日(土)
　　【受付】13：30～
　　【講演】14：00～15：30
　　【健康相談】15：30～16：30
場所　：　兵庫医科大学　神戸キャンパス　M112講義室
講師　：　兵庫医科大学　リハビリテーション学部 作業療法学科 助教　大塚 恒弘
※本公開講座の参加費は無料です。

「あなたの脳を元気に！今からできる脳の健康づくり」概要

近年、認知機能の低下は“予防や進行を遅らせることができる”とわかってきています。本講演では、年齢とともに誰もが気になる「認知機能の低下」について基礎知識から普段の生活で実践できる運動習慣や食事習慣について、さらには脳トレのポイントなどを、聞くだけではなく、実際に楽しみながら体験を通して学んでいただけます。
講演後の健康相談では、講演テーマに限らず、薬一般について、心の健康、リハビリについてのご相談を受け付けます。
本公開講座を通して、地域の方々のQOLの向上と健康増進に寄与できればと思います。

【本件に関するお問合せ】
兵庫医科大学　広報課
電話番号　0798-45-6655　／　E-mail　kouhou@hyo-med.ac.jp