

動画
配信

自律神経と認知症の関係

よく耳にする「自律神経失調症」。これは交感神経と副交感神経のバランスの乱れによる心身の不調のことです。この自律神経失調症は、認知症のリスクを高める可能性があると言われています。この動画では、認知症を予防するための自律神経の整え方をご紹介しますので、ぜひご視聴ください。

配信期間	2024年 12月18日（水） ～ 12月24日（火）
視聴時間	約1時間
対象	愛媛県民一般（介護職等専門職の方も受講できます。）
実費	無料
講師	ボランティアグループ寄す処（よすが） 保健師・看護師 高岡 康子 先生
申込方法	ホームページから
受付締切	2024年12月11日（水）まで受付



はじめまして！

「その人らしい生き方の大切さ」をモットーに、福祉関係者や地域住民の方々に医療・福祉に関する研修や介護予防についての講座等を行っています。

私自身が在宅介護の経験者でもあるので、そこで得たこと、感じたことなどもお伝えしたいです。



“ **みんなで学ぼう介護のいろは** ”

＜お問い合わせ先＞
愛媛県在宅介護研修センター（愛称：愛ケア）
〒791-0122 松山市末町甲9番地1
TEL：089-914-0721 FAX：089-914-0732

（ホームページ）<https://ehime-zaitakukaigo.com/>



- * 受付締切後、IDとパスワードをメールで送付いたします。メールが受信できるよう「ehime-zaitakukaigo.com」のドメインをあらかじめ登録してください。
- * 受付状況についてお知りになりたい方は、当センターまでお問い合わせ下さい。
- * 受講申込フォームにご記入いただいた個人情報は、当センターが責任を持って管理いたします。