

笑いde健康づくり

笑う機会が多い人  
ほど認知症リスクが  
低くなる?!



# 笑いで認知症を 予防しよう!

人生100年時代! たくさん笑って認活(認知症予防活動)しましょう♪



手作りパンの移動販売 **たまふれマルシェ** も同時開催!!

- ※ ①第1部開始前、②第3部終了の2回販売会を実施します。(会場内は飲食禁止)
- ※ お買物をされる方は、エコバックをご持参ください。

約5分で簡単! **物忘れセルフチェック** (先着10名様:15:00~開始)

- ※ ご希望の方は受付時にお申込みください。(整理券配布)
- ※ イベント終了後にお一人ずつご案内いたしますので、終了が16:00を過ぎる場合があります。



**日時**

## 5月22日(水)

(受付  
13:00~)

### 13:30~15:00

ライフガーデン向ヶ丘2階 セミナールームにて

多摩区登戸1763(裏面参照) ※上りはエスカレーター、下りは階段のご利用となります

先着  
**50**  
名様  
参加費無料

アンケートにご協力  
いただいた方には、オリジナル  
「爪切りセット」プレゼント!

**第1部**  
13:30~14:00

**笑いは健康に一番! 地域交流寄席**

かわさき落語倶楽部 軽内家はん栄さん、雀亭雀坊さん

**第2部**  
14:00~14:45

**認知症は予防できる! ~笑いのある生活から~**

たまふれあいクリニック院長 鈴木 忠 先生

**第3部**  
14:45~15:00

**「ニパニパ体操」で笑いの表情筋を鍛えよう♪**

ふらっとカフェを広める会 河合 晴江 さん

協力: かわさき落語倶楽部、ふらっとカフェを広める会、株式会社ライフ

お問い合わせ

**たまふれあいグループ** TEL.044-931-3380

多摩区登戸1763 ライフガーデン向ヶ丘2階 (生活支援コーディネーター:川崎)



たまふれあいグループ  
Tama Fureai Group

# 会場案内

## ライフガーデン向ヶ丘(多摩区登戸1763)



- 小田急線 「向ヶ丘遊園駅」北口から徒歩約7分
- JR南武線 「登戸駅」から徒歩約13分

臨時駐輪場(約20台)は先着順となりますので、なるべく公共交通機関をご利用ください。