

広報いせさき ISES KI



No.455

令和5年

12/1

号



元気なうちから認知症予防! …P 2～3



▲脳若トレーニング講座で
記憶力を高める脳トレーニ
ングをする参加者

contents

- オープンガーデンいせさき新規参加者募集 P4
- 国民年金加入者の産前産後期間は保険料が免除 P4
- 土地・建物・償却資産の申告を忘れずに P4
- 公立保育所会計年度任用職員の登録者を募集 P5

認知症予防の意識を高めましょう

認知症は誰もがかかる可能性のある身近な病気です。年を重ねても元気に過ごせるよう、元気なうちから適度に体を動したり、記憶力を高めるための脳のトレーニングをしたりして、認知症を予防しましょう。

✉ 防災・防犯・行政情報を配信中 [いせさき情報メール](#)に登録を！ 詳しくは8ページへ