

脳機能の変化、記憶力の低下

心配ありませんか？

WHERE: 会場

Care Connections Network
c/o Lutheran Church of the Resurrection
復活ルーテル教会敷地内
9812 Hamilton Ave,
Huntington Beach, CA 92646

WHEN: 日時

- 2019年10月10日木曜日 午後1時～4時
- 2019年10月17日木曜日 午後1時～4時
- 2019年10月24日木曜日 午後1時～4時
- 2019年10月31日木曜日 午後1時～4時

COST: 費用

一人\$25 (4週間の配布資料代)
支払いは郵送又は、当日現金かチェック (AFC宛) をお願いします。
当日登録は一人\$30です。

REGISTRATION: 登録

お問い合わせお申し込は、日本語で下記をお願いします。
芙美 Liang, Care Connections Network
(714) 962-9346, fumiliang@gmail.com
登録最終日は10月7日です。

人数に限りがありますのでお早目にお申し込みください。

MIND BOOSTER マインドブースター 脳の活性化に役立つ4週間のセミナー



脳の変化

記憶力の低下防止

認知症について

ストレスへの対処策

脳に良い食べ物

健康な食事

認知症予防運動

法的、経済的情報

Care Connections Network, October 2019

Alzheimer's Family Center
9451 Indianapolis Avenue | Huntington Beach, CA 92646
714-593-9630 | www.AFSCenter.org



PROGRAM: プログラム

マインドブースターでは脳のリサーチに基づいた多種の情報を専門家が紹介します。記憶力の低下の原因となる多くの危険因子について学び、参加者と共に脳の活性化に役立つことを考え話し合い、積極的に記憶力低下予防に取り組むプログラムです。

Week 1: 第1週 10月10日

Maintain Your Brain 脳の働き

Junko Hara, Ph.D. 原 淳子

Hoag Hospital Senior Program Manager
Research Development and Academic Affairs
Pickup Family Neurosciences Institute

Week 2: 第2週 10月17日

Food For Thought 健康な食事

Maki Kemmochi 剣持 真希
Dietetic Intern 栄養士インターン

Exercise & Stress Management ストレスの対処策や運動

Miho Yamagami 山上 美穂
Alzheimer Prevention Exercise Instructor
認知症予防のための運動講師

Week 3: 第3週 10月24日

Legal and Financial Issues

知っておくべき法的、経済的情報

Ikuko Sano, Attorney at Law 弁護士 佐野 郁子
Sano & Associates, P.C. 弁護士法人 佐野&アソシエーツ
Estate & Trust Law エステートプラン・相続法

Week 4: 第4週 10月31日

Cognitive Tools & Mental Health Resources

認知力とメンタルヘルス維持向上のために

Shiori Lange, LCSW レイン志織
Psychotherapist/Owner
Shiori Lange, LCSW Inc.
カリフォルニア州公認臨床ソーシャルワーカー

Hoag Hospital 認定によるマインドブースターは、Alzheimer Family Center が、英語で開催しているプログラムです。この度、Care Connections Network 主催により、初めて日本語で行います。講師の方々をはじめ、皆様のご協力とご支援に心から感謝申し上げます。

Japanese Mind Booster Committee 一同