

# とっとり方式 認知症予防プログラム

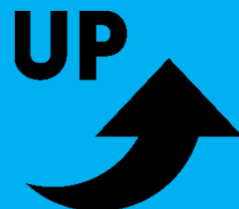
時間をかけて進行する認知症は、早期発見と適切な対応で、発症や進行を遅らせることができますと言われています。

鳥取県では、日本財団・鳥取大学との共同プロジェクトにより、日常生活でも習慣化できる独自の認知症予防プログラムを開発しました。

「とっとり方式」の特徴 3つの活動を組み合わせて行うこと



認知機能の改善



身体機能の向上

医学的効果が証明されました！

- 地域の介護予防教室・サロンなどで活用を希望する団体にDVDとパンフレットを無償配布中！
- ご自宅でも取り組んでみたいという方のために、県ホームページで動画公開中！

とっとり方式 認知症 で検索してください。

## 【問合せ先】

鳥取県長寿社会課

☎ 0857-26-7177

✉ [choujyushakai@pref.tottori.lg.jp](mailto:choujyushakai@pref.tottori.lg.jp)

