



知多管内初 認知症不安ゼロを目指して コグニサイズジムがオープンします！

大府市では、認知症を予防できるまち、そして認知症になっても安心して暮らせるまちを目指し、認知症不安ゼロのまちづくりを実施しています。

このたび、国立長寿医療研究センターが企業と共同開発した認知症予防を目的としたエルゴメーター「コグニバイク」を4台設置した、コグニサイズジムを大府市保健センター内に開設します。このコグニバイクは、ペダルを漕ぐ運動をしながら、同時にバイク前面のモニターで認知機能訓練を行うことができるもので、国立長寿医療研究センターの研究では、運動と認知機能訓練を同時に行う「コグニサイズ」が認知症予防に有効であることが実証されています。コグニサイズジムを活用することにより認知症を予防し、市民の健康づくりに役立てていただきます。

■「コグニサイズジム」の概要

設置場所／大府市保健センター1階ロビー（大府市江端町四丁目2番地）

設置台数／4台

オープン日／平成29年12月18日（月）

利用時間／平日8時30分～17時00分

利用方法／初回利用時は事前に使い方講習会を受講。2回目以降は自由に利用可能。

ただし、平成30年3月まで予約優先とします。

料金／無料

■「オープニングセレモニー」について

日時／平成29年12月18日（月） 9時20分～9時45分

場所／大府市保健センター ロビー内（大府市江端町四丁目2番地）

内容／市長挨拶、テープカット、コグニバイクマイスター認定証授与式

出席予定者／コグニバイクマイスターの方々、国立長寿医療研究センター研究員、市長、副市長、健康文化部長他

■「コグニバイクマイスター」について

新規コグニバイク利用者のための使い方講習会でサポーターとして協力してもらい、ボランティアを養成します。ボランティア養成講座修了者を「コグニバイクマイスター」として認定します。

養成予定人数／約15名



■「使い方講習会」について

日時／12月18日(月)・20日(水)・26日(火)・平成30年1月12日(金)・
15日(月)・2月1日(木)の9時～15時の間で1日4～6回開催

定員／各回4名

内容／コグニバイクマイスターによる登録及び利用方法説明、利用実践(約50分)

申し込み／12月4日(月)から電話で健康増進課へ



【問い合わせ先】

大府市役所 健康増進課

担当：島田 真希(シマダ マキ) 霜越 純子(シモコシ ジュンコ)

電話：0562-47-8000

FAX：0562-48-6667

E-mail：hkn-c@city.obu.lg.jp