

# 毎日記し 脳を活性化

浜松市西区のNPO法人「認知症予防研究室」が、認知症の予防になる生活習慣の改善のための本「効く！認知症予防脳活日記」(主婦の友社)を出版した。認知症が気になる人や自覚症状のある人向けで、認知症予防の知識に加え、日々の楽しかったことや笑ったことを日記に書いて脳を活性化し、予防につなげていく内容だ。(古檜山祥伍)

## 認知症予防に効く本出版



認知症予防に役立つ本「効く！認知症予防脳活日記」と清水啓子さん(星高3年)浜松市役所で

## 西区のNPO 生活習慣改善促す

本の前半では、他人と積極的に交流する人が認知症になりにくいことや、脳を刺激する指体操などの情報を紹介。後半は日記になっており、起床時間や食事メニュー、印象深い出来事を記載できるようにしている。

B5判百六十ページで、千二百九十六円(税込込み)。同法人は市内の図書館と協働センターに五十七冊を寄贈する。

同法人理事で著者の一人、清水啓子さん(66)らが十四日、市役所を訪れ、鈴木康友市長に本の寄贈を伝えた。清水さんは「認知症予防と、健康寿命を伸ばすことに役立ててもらえれば」と話した。

浜松市高齢者保健福祉計画によると、市内の認知症高齢者は二〇一四年時点で一万九千人以上おり、二五年には約二万五千人に増えるとみられている。

書籍の問い合わせは、北区のウエルネスパートナーズ(電話053(526)1165)へ。

## 子どもの笑顔励まされ

比で支援活動 袴田さん(浜松海)語る

浜松市中区の浜松海一駿を、同校一年生約百力あふれる人の力強さ

さんの幸せを分け与えてくれた」と語った。一方で「彼らの生活は死と隣り合わせだった」と、スラム街の状況も指摘。発火の恐れ

## 映し出す 写真展



会場＝浜松市中区で

世紀堂は一九三九年創業の市内で最古のカメラ専門店。「その時代を後世に残す」をモットーにサークルを続けてきたという。

の飲食店内で、知人の40代の男性会社員の顔を殴るなどし、顔面打撲などの傷害を負わせたとされる。署は2人の認否を明らかにしていない。

## 観光客に花や緑を

### 中区で花壇管理者交流

浜松市の沿道や公共の花壇を管理するボラ二〇二人の花壇管理者が、ボランティア従事者が集まる「浜松市公共花壇フォーラム」が十四日、同市中区のクリエート



「観光客をたくさん花や緑で歓迎したい」と述べる鈴木康友市長＝浜松市中区早馬町のクリエート浜松で

が主催し、今年で九回目。鈴木康友市長がNHK大河ドラマ「おんな城主直虎」に触れ、「直虎ブームで訪れる多くの観光客を、たくさん花や緑で歓迎したい」とあいさつを述べた。

「花の写真コンクール」の表彰もあり、市長賞には、花壇の部で西区のフラワータウン和地(野中真八朗代表)、花の部で天竜区の水窪花の会(三輪こずえ会長)の二団体が選ばれた。

このほか「日本花の会」主任研究員の和田博幸さんが「地域の花壇からはじまるまちづくり・人づくり」と題して講演。「今日はここまでと目標を決めて楽しく作業することが大事」などとアドバイスしていた。

(鎌倉優太)