

認知症の理解と未来をつなぐために!!



RUN伴(ランとも)は、認知症ご本人や地域住民等が関係者と一緒にタスキを繋ぎながら走るイベントです。

西コース (青)	
①	礒川公園 (後樂園駅前)
②	洛和ヴィア文京春日
③	小石川ヒルサイドテラス
④	杜の癒しハウス文京関口
⑤	リアン文京
⑥	我楽田工房
⑦	ドミー目白台
⑧	SOMPOケアいきいき小日向
⑨	グランヴィ小日向
⑩	こびなたぼっこ※
⑪	文京くすのきの郷
⑫	トドモカエトケバ-Tummy
⑬	風のやすみば
⑭	泉湧く憩の家
⑮	ワークスペースさきちゃんち
⑯	イーザイ
⑰	いきいき礒川
⑱	礒川公園



東コース (緑)	
①	礒川公園 (後樂園駅前)
②	東大赤門
③	ケアワーク弥生・ケアギルド
④	ユアハウス弥生
⑤	千駄木の郷
⑥	ホスピタルメント文京グラン
⑦	動坂テラス
⑧	こまじいのうち
⑨	イーザイ
⑩	ワークスペースさきちゃんち
⑪	白山みやびの郷
⑫	73,373,88/キッチン・ユタカ
⑬	グッドライフケア向丘
⑭	礒川公園



Map data © OpenStreetMap contributors - Open caption - ホーム - Powered by uMap

ランとも RUN伴文京区11/17(日) 9:00-14:00

【開催日時】: 2024年11月17日(日) 9:00~14:00 (雨天時HP確認)

【主催】: RUN伴文京区2024実行委員会

【後援】: 文京区、文京区社会福祉協議会

【ランナー・ボランティア募集】: 無料、Tシャツ付 ※申込みは右記コードから。

- ランナー ①全拠点1周_東西各約10km、②各区分_最大約3km
- ボランティア ①本部補助_5名、②各拠点での補助

【主催】: RUN伴 2024文京区実行委員会、【後援】: 文京区、文京区社会福祉協議会

【協力】: 若年性認知症家族会・彩星の会、公益社団法人認知症の人と家族の会東京都支部、他

【協賛】: (順不同)



※募集



※最新情報HP



エーザイ株式会社	THEORIA TECHNOLOGIES	社福 三幸福社会 杜の癒しハウス 文京関口	社会福祉法人武蔵野会 障害者支援施設リアン文京
NPO法人 文京BASE	文京メディア・ブリッジ 合同会社	一般社団法人 まちのLDK	東京保健生活協同組合 千石にじの家
夢、そして誇り。この街で... 洛和会ヘルスケアシステム®	社会福祉法人 泉湧く家	社会福祉法人 龍岡会 小石川ヒルサイドテラス	グループホーム グッドライフケアホーム向丘
お問い合わせ : 03-6824-1947			



【イベントに参加して楽しもう!! どなたでもどうぞ!!】(無料)

・あたまを活性化するエクササイズ

あたまとからだを楽しく動かします。どなたでも当日参加できます。(先着各30名)



【場所】：エーザイ

【時間】：①10:00-10:45、②11:00-11:45

・認地笑かるた

「いたばし認地笑かるた」は、楽しみながら正しく認知症について学べる“かるた”です。



【場所】：風のやすみば

・脳の健康度チェック「のうKNOW®」

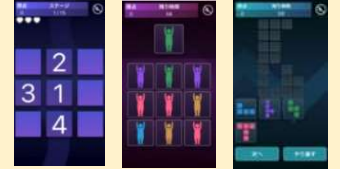
トランプカードを使ったゲーム感覚の4つのチェックで(10-15分程度)、認知機能をチェックします。脳年齢も知ることができます。(非医療機器)



【場所】：エーザイ

・脳トレゲーム「ブレインワークアウト」

ゲーム感覚で脳を鍛えるコンテンツです(1回、約1分)。脳へ刺激・活性化を促します。



【場所】：エーザイ

・脳の健康・認知症情報

認知症ポータルサイト「テヲトル」の紹介。「知っておきたい脳の健康」等の関連情報資料を配付します。



【場所】：エーザイ

・認知機能低下リスクチェック

「そなえるFINEder」(ベータ版)は、認知機能低下リスクをチェックできます。リスク予測で早期に備える第一歩。(非医療機器)



【場所】：エーザイ

・認知症ショートムービー

「日々はつづいていく〜きょうのこと、あしたのこと篇〜」認知症のいまを追いかけた半年間のドキュメンタリー等を上映します。



【場所】：エーザイ

・「ササエル」



MCI(軽度認知障害)・認知症診療をサポートするアプリです。日常生活のご様子の変化を可視化できます。(非医療機器)



【場所】：エーザイ

・認知機能検査の体験

長谷川式スケールを用いた認知機能検査の体験です(5~10分程度)。9つの質問から構成されます。※本拠点における検査は、体験することを目的とします。



【場所】：TUMMY わんこうどん提供

・タッチケア「LUANA」

NPO法人地縁の輪より。手で触れ優しい刺激により、心地よさと安らぎをお届けします。



【場所】：エーザイ

・血管年齢測定&ベジチェック

明治安田より。指先や手で血管年齢や推定野菜摂取量が簡単に測定できます!



【場所】：ワークスペースさきちゃんち

【時間】：12:00~14:00

・デジタルカフェ

スマホ・タブレット等デジタルツールのお悩みを一緒に解決しませんか。



【場所】：エーザイ

・温州みかんジュース

生活クラブ生協まち文京千代田より、国産の温州みかんを絞った果汁100%のジュースです。



【場所】：動坂テラス おにぎり手作り会

【時間】：11:00~ 先着60名

・脳を活性化する運動「ブレパサイズ®」

運動+知的課題で、体と脳を活性化させるデュアルタスクの運動プログラムです(約15分)。



【場所】：エーザイ

・「イータック®抗菌化スプレーα」

ウイルス・菌が気になる場所にシュッとスプレー。抗菌作用が1週間持続。ノンアルコールタイプ。(雑貨)



【場所】：エーザイ

【時間】：9:00~ 先着60名

・「パシャッとカルテ」

健康診断や検査結果、お薬の処方箋等の医療情報を一括で管理できるアプリです。(非医療機器)



【場所】：エーザイ