

**受講者募集!**  
65歳以上の方で  
脳の若返いを  
めざしたい方に!

平成29年度2期目

# 脳 の健康教室

教室ではどんなことをするの??



DSソフトや脳トレでおなじみ川島隆太先生の世界最新の脳科学研究の知見をもとに東北大学とKUMON学習療法センターとの共同研究の結果誕生したプログラムを活用



すうじ盤

●簡単な読み書き・計算、すうじ盤での

**学習**



複雑な思考よりも単純な計算や音読のほうがはるかに脳全体が活性化するんです!

すうじ盤の自己記録更新が楽しみになりますよ!

●学習仲間やサポーターと一緒に簡単な

**体操やおしゃべり**



運動によっても脳を刺激。人とのコミュニケーションでさらに脳が活性化。学習効果を高めます!



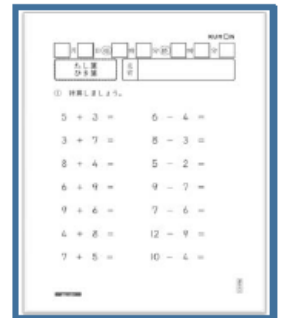
+

●1日10分の

**自宅学習**



毎日続けることで脳が鍛えられていきます!



スラスラできる計算教材!

## 募集内容

- 開催期間 平成29年10月11日(水)～平成30年2月28日(水)  
全20回 毎週水曜日 (※1月3日を除く)
- 学習時間 10:30～11:30
- 場 所 福祉まちづくりセンター
- 対象者 市内在住の65歳以上の方
- 募集人数 20名(先着順)
- 締 切 9月27日(水)
- 参加費 初回2,360円、翌月以降は月1回2,260円集めます
- 申込先 電話かFAXかメールにて、下記へお申込み下さい

《申込み・問合せ先》

○福祉まちづくりセンター(名張市社会福祉協議会)

TEL: 62-7388 FAX: 62-7377 E-mail: fukumachi@nabarishakyo.jp

月・火・水・金・土・日・祝 9:30～20:00(休館日:毎週木曜日・12/29～1/3)