

そろばんで脳を活性化

和翔苑・地域介護講座 開催

～認知症予防にそろばんが初めての方でも大歓迎～

楽しく

運動

学び

脳活

楽しくコミュニケーション

講師：トモエそろばん 三木 佐知子 / 小玉 博雄

歩かないと足が弱くなるのと同じように、脳にも適度な運動が必要です。みなさんは、脳を使っていますか？「脳の運動って、一体何をやるの？」という方にお奨めしたいのがそろばんによる簡単な計算です。そろばんは目で見ただけで脳が捉え、そして指を動かします。そろばんをやっているときの脳はいきいきしています。脳の運動、それはそろばんです。今日から少しずつでも始めてみましょう。脳の運動をそろばんで…。そして毎日楽しくみなさんでコミュニケーションしましょう！

脳カトレーニングにはそろばんが最適！



安静時の脳



そろばんで計算している時の脳

「物忘れが激しい」「人の名前がすぐに出てこない」「新しいことが覚えられない」

そろばんで計算を行うことは、頭から出した指令を指先に伝え指を動かすので脳の血流量が一段と増え、認知症予防に大きな効果が期待できます。そろばんは高齢者の能力（知能）を発達させ得る。

日時

平成30年9月11日(火) 午前10時～11時

場所

特別養護老人ホーム和翔苑・1階会議室 (八広6-55-17)

申し込み

前日までに和翔苑にお電話でお申し込み下さい。

申し込み先

03-3617-1501 担当:照井(テルイ)

無料です！

お急ぎください！
先着15名迄