

毎日コツコツ続けて 認知症からあなたを守る健康教室

10月からの
受講者さん募集中！



脳を鍛える「大人の楽習塾」

※教材の一例

① 音読しましょう。
書きましょう。

岩手県は、北海道につぐ広さがあります。小岩井農場は、自然がゆたかに広がっています。明治二十四年、小野、岩崎、井上の三氏が共同で拓き、それぞれの頭文字を名前にしたそうです。

・小野、岩崎、井上が拓いた農場

旅行記

月 日 時 分 時 分

名前

にあてはまる言葉を

13-25M



東北大学・川島隆太教授
による世界最新の脳科学研究から生まれた脳の
健康維持法です。

「大人の楽習塾」はこんな教室です

- 週に1回の教室では、学習はもちろん、お茶を飲みながらのおしゃべりで楽しい時間をお過ごしください。
- 教室のない日は、10分程度でできる脳トレーニング教材を毎日ご自宅でしていただきます。
- 「人前での発表」や「難問であぶら汗…」という心配はご無用です！
- 簡単な「読み書き」・「計算」を毎日続けるのが効果的だとされており、教室では「すうじ盤」も用いて脳の活性化を促します。
- たくさん笑って、お友達も増え情報交換の場となっています。

※すうじ盤



《募集要項》

- 対象 お一人で教室に通える65歳以上の方
- 開催期間 平成29年10月3日(火)～平成30年3月20日(火)までの6か月間
- 開催時間 毎週火曜 ①午前9時30分～ ②午前10時10分～
※①②のどちらかの時間帯で30分程度受講していただきます。
- 開催場所 市川町保健福祉センター 2階健康教室
- 参加費用 月額 1,130円 (週1回の教室学習と毎日自宅でできる教材費を含みます)
※3年目からは半額補助が適用されませんので、月額2,260円となります。



《受講者説明会を開催します！》

大人の楽習塾で具体的に何をするのか、どんな効果があるのか等を説明いたします。
また、受講の様子を見学していただければ幸いです。

- 日 時 平成29年9月5日(火)9時30分～10時30分
- 場 所 市川町保健福祉センター

いろんな情報が
収集できます！

毎日の目標が
できました！

友達が増えて楽しいです！

お申込み、お問い合わせは、市川町社会福祉協議会(電話26-1988)まで

