

「脳の健康教室」参加者募集

計算と音読は、脳の老化防止に効果があります！

最近

- 人の名前が出てこない。
- 会話の中で「あれ」「それ」の指示語を使うことが多くなった。
- 冷蔵庫の前にきて「何をとりに来たんだっけ…」ということがよくある。
- 昨日の夕食に何を食べたのか思い出せない。

運動をしないと筋肉が衰えるように、脳を使わないと脳の働きも衰えます。

東北大学・川島隆太教授の研究成果を活用した「脳の健康教室」です。

読み書き・計算の脳のトレーニングで、認知症予防の効果が期待できます。



日 程	令和3年10月20日～令和4年3月23日 全20回 毎週水曜日 午前か午後の40分程度 ★受講時間につきましては、当選結果通知に記載します。
会 場	入谷老人福祉館 住所：台東区入谷 1-16-9 電話：(3873) 9036
対 象 者	台東区在住のおおむね65歳以上の方で、教室参加と 毎日10分程度の自宅学習が可能な方
定 員	30人（1クラス5名程度） （定員を超えた場合は新規応募者を優先し、抽選します）
教 材 費	月額 1,500円（集金は5回で、全7,500円）
応 募 方 法	申込用紙に記入し、下記の申込先に原則、郵送での申し込みを お願いします。詳しくは、下記問い合わせ先か、老人福祉館に ご確認ください。
申込〆切り	令和3年9月30日（木）必着
問合せ・申込先	老人福祉センター 住所：台東区東上野 2-25-14 電話：(3833) 6541