

令和5年度前期

# 「脳の健康教室」参加者募集

## 計算と音読は、脳全体を活性化させる効果があります！

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。
- 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。

東北大学加齢医学研究所・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・計算を個人のレベルに合わせて行います。脳のトレーニングは、認知症予防の効果が期待できます。



- 日 程 令和5年5月10日～令和5年9月27日全20回  
毎週水曜日 午前（トレーニング時間は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 三筋老人福祉館  
住所：台東区三筋2-16-4 電話：03（3866）2417
- 対 象 者 台東区内に住所を有する（住民登録済）65歳以上の方（令和5年4月30日現在）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10名）  
（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、本人確認できるもの（老人福祉施設使用登録証・国民健康保険証・運転免許証など）と、返信用の84円切手をご持参の上、老人福祉センター、かがやき長寿ひろば入谷、各老人福祉館へ提出してください。  
下記問合せ先へ郵送も可。（郵送は申込書のみお送りください）
- 申込締切り 令和5年3月30日（木）必着
- 問 合 せ 老人福祉センター  
住所：〒110-0015 台東区東上野2-25-14  
電話：03（3833）6541