# 脳の健康教室
# ＼脳元気塾／を開講します！！

「簡単な漢字が書けない」「人の名前を思い出せない」「物をどこに置いたかすぐ忘れてしまう」・・・・そのような経験に、心当たりはありませんか？

脳も筋肉と同じで使わないと徐々に衰えていきます。教室のみんなと一緒に、簡単な計算や読み書きに挑戦しながら認知症を予防しましょう！教室に毎週通うことが生活のリズムをつくり、気持ちも明るくなりますよ♪

## 参加者大募集!!

**【内　　容】**

簡単な読み書きと計算の課題（ドリル）を毎日少しずつ行います。また週１回、保健センターにご来所いただき、個別に読み書き・計算を行います。

※前年度から学習形式を変更したため、過去に行っていた学習時のサポーターさんとの関わりは残念ながらありません、とても寂しいですがご了承ください。

**【対 象 者】**

・概ね７０歳以上の方（介護度が自立～要支援までの方）
・毎週１回の教室への参加と、毎日１０分程度の自宅学習ができる方
※定員 15 名程度なので、お申し込み多数の場合は初めて参加する方を優先します。

**【実施期間】**

教材選択：令和６年７月４日(木)（教材選択のための学習）
通常学習：令和６年７月１１日(木)～１０月１７日(木)まで（全 15 回）
日　　時：毎週木曜日の午前、10:00～11:30 の間で 30 分程度の学習です。

**【実施場所・費用】**

実施場所：場所は月形町保健センター
費　　用：１，０００円です。初回にお支払いいただきます。

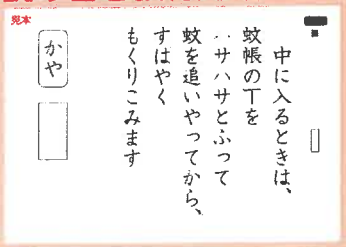
**【その他】**

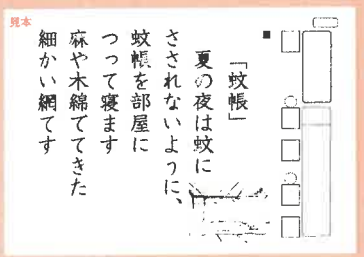
お住まいの地域によっては**送迎**が可能です。申込時に送迎希望の有無を教えてください。
申込された方には教室に関する詳しい文書を後日送付します。
できる限りご希望に添えるよう調整しますが、地域によっては送迎ができない場合もございますので、一度ご相談ください。

**【お申し込み】**

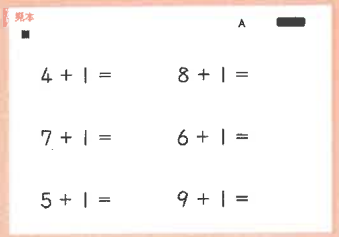
6/20（木）までに電話などで保健センターへお申し込み下さい♪

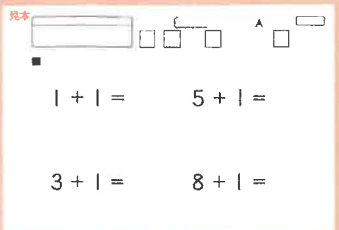
### 読み書き教材見本




### 計算教材見本




最近家に籠もる日が続いてる、なんだかやる気が出ない･･･というようなことはないですか？感染には十分に気をつけながらも、気晴らしに外へ出ることや、集中して何かに取り組むことは、頭をスッキリさせて、同時に脳も鍛えられます！

簡単な計算と、読み書き。高齢者向けにつくられたテキストだから、スラスラと負担なく楽しく学習できますよ！

**お問い合わせは、保健福祉課保健係（月形町保健センター）まで♪　電話：53－3155**