

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。

【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7年7月1日(火)（教材選択のための学習）

通常学習：令和7年7月10日(木)～10月23日(木)まで（全15回）

※8月14日(木)はお盆のためお休みです

日 時：毎週木曜日の10:00～11:30

学習（30分程度）とレクリエーション（簡単なゲームや茶話会）をします。



【実施場所・費用】

実施場所：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。

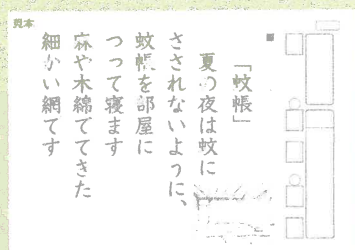
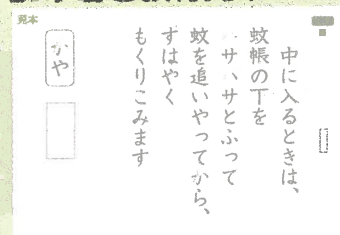
申込された方には教室に関する詳しい文書を後日送付します。

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。

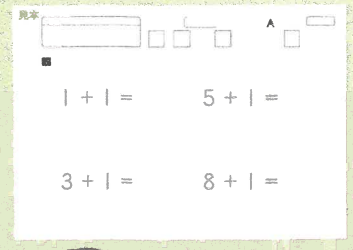
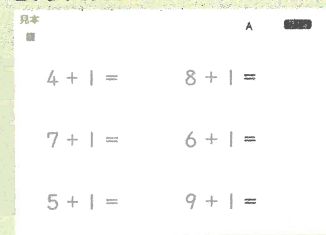
【お申し込み】

6/19（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！

