

ご家族ご一緒での参加・見学歓迎！

iPadを使った
認知トレーニング

予 防



開講！！



アタマの
フィットネス

+



カラダの
フィットネス

+



ココロの
フィットネス

- 記憶のトレーニング
- 回想タイム
- 脳(Brain)身体(Body)体操
- コミュニケーションタイム
- iPad使いこなし
- リラックス体操



若い方もたくさん参加されています。

毎週月・水・金曜日は
折り紙・脳トレ
やってます！

時間 10:00～11:30

会場 周南市銀座2丁目
15-1

費用 500円



認知症予防プログラム
みつおか式脳若トレーニング法
iPad(アイパッド)を使いますが
1人で行うのではなく、楽しく
コミュニケーションを取りながら脳の活性化
を促し認知機能向上を目指します。
認知トレーニングの前に折り紙を折っています。



お申し込み＆お問い合わせ
TEL.0834-21-6622
株式会社大丸
山口県周南市銀座2丁目15-1

