

高齢者向け講座 身体をつかって楽しく脳活 シナプソロジー講座

「認知機能をつかさどる脳」や「運動に関係した脳」をお1人はもちろん、ご家族で楽しく「脳活」しませんか？

シナプソロジーとは？

「2つのことを同時に行う」「左右で違う動きをする」といった普段慣れない動きで脳に適度な刺激を与え、活性化を図ります。複数人で楽しく行うことで、感情や情動に関係した脳も活性化され、認知機能や運動機能の向上と共に、不安感の低下も期待できます。

〈シナプソロジー研究所HPより〉

日時 9月24日(日) 午後2時～午後3時30分

場所 アキシマエンス 国際交流教養文化棟
講習・研修室1～3

定員 35人(応募者多数の場合抽選)

講師 佐々木 夏子氏(シナプソロジー研究所)

対象 一般 参加費 無料

持ち物
筆記用具
飲み物
動きやすい服装
ヒールのない靴
(スニーカーなど)

申込 8月24日(木) 午前10時～9月7日(木)
メールフォーム、市民図書館各カウンター、
電話(042-543-1523)にて受付

当選連絡日 令和5年9月10日(日)

※当選者の方へのみご連絡いたします。

※9月13日(水)までに連絡がつかなかった場合、落選になります。

メールフォームでの申込は
こちらからどうぞ
イベント情報ページにとびま
す

<https://www.library.akishima.tokyo.jp/event/?id=434>



【メールフォームで申し込みした方へ】

申し込みフォームに入力されたメールアドレスに図書館からメールを送れなかった場合、落選扱いとなります。

指定したドメインのみ受信する設定をされている方は、
「@khh.biglobe.ne.jp」の登録をお願いいたします。

【窓口・お電話で申し込みした方へ】

9月10日(日)から13日(水)までの間に電話での連絡が取れない場合、落選扱いとなります。

メールでの当選連絡を希望の方は、メールフォームから申し込みをお願いいたします。