

始めましょう!

参加費
無料

「天地人」書き写し教室

第2回 9月26日(木) 14:00~15:30

第3回 10月24日(木) 14:00~15:30

指導者: くもん書写教室

榎本幸絵 先生



場所: 横田記念病院5階ホール

知的習慣を始め脳を活性化させよう

文字を書き写すことは、漢字や言葉を覚え、文字をきれいに書く練習になるばかりではありません。書き写しは「手を使う」「目で見て読む」「文章の内容を考える」を同時に脳が行い、それは多くの良い刺激を脳にもたらします。簡単に出来る書き写しです。皆さんも知的習慣を始め、脳を活性化させましょう。

書き写しなどで手をたくさん使うことは脳細胞に刺激を与え、脳の血流を増やし、脳の活性化へとつながります。脳の血流が少ないと脳の細胞は減っていきます。脳の細胞が減っていくと物忘れが激しくなったり、認知症を引き起こしたりすることがあります。

自宅で簡単に出来る脳活として、毎日掲載される新聞のコラム「天地人」の書き写しを行い、続けることで巧みな比喩や言い回し、表現力などを身につけ、そこからコミュニケーションが広がれば、素晴らしい認知症予防になるでしょう。



8月22日 第1回目の書き写し教室を行い多くの方々が参加され「参加してよかった」との声を多数頂きました。皆さんも始めませんか書き写し、習慣にすることで脳に良い影響をおよぼします。あなたも知的習慣を始めましょう。

好評につき、第2回、第3回の書き写し教室を開催します。お気軽にご参加ください。初めての方も大歓迎♪お待ちしております。



筆記用具はご持参ください

《お問い合わせ》 横田記念病院 総務まで 076-425-2808

