

「脳の健康教室」参加者募集!

# 「読み書き」と「計算」で **脳** を元気にしよう!

— 栗山町社会福祉協議会 —

## 教材の体験会 参加者募集!

- 対象者：興味関心のある方どなたでも
- 日時：5月17日(木) 10時~11時
- 会場：いきいき交流プラザ(サンタの笑顔)
- 参加費：無料
- 申込先：5月7日(月)から受付  
地域包括支援センター(町保健福祉課内)  
電話：73-2255

## 参加者募集!

- 対象者：65歳以上で興味関心のある方どなたでも
- 体験会：5月17日(木) 10時~
- 日時：6月7日~11月29日までの  
毎週木曜日 10時~11時
- 会場：いきいき交流プラザ
- 定員：12名
- 参加費：1回 200円
- 申込先：左記期日から地域包括支援センター

## 学習サポーター募集!

- 対象者：おおむね60歳までの方で、明るく会話を楽しめる方
- 活動内容：月1~2回、1時間程度の学習支援(参加者との交流等)  
※事前に説明会があります
- 活動日：左記の開催日
- 交通費：1日 500円支給
- 申込先：左記地域包括支援センター

## ◆教材ってどんなもの?

### 【読み書き教材】

声に出して読みましょう。「**長寿のお祝い**」にあってはまることばを本文から書きましょう。

長寿のお祝いは、数えて61歳の還暦から始まります。その後、古希(70歳)、喜寿(77歳)、傘寿(80歳)、米寿(88歳)、卒寿(90歳)、白寿(99歳)と続きます。さらに、茶寿(108歳)、皇寿(111歳)と続き、漢字の字画と年齢が関係づけられています。

77歳は  のお祝いです。

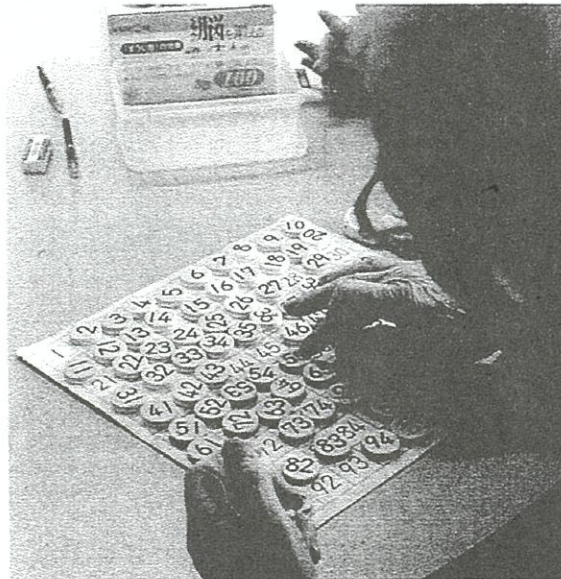
声に出して読むことで脳を活性化!

### 【計算教材】

- 計算をしましょう。
- |            |             |
|------------|-------------|
| 1. 1 + 2 = | 9. 2 + 3 =  |
| 2. 3 + 2 = | 10. 1 + 3 = |
| 3. 2 + 2 = | 11. 4 + 3 = |
| 4. 4 + 2 = | 12. 3 + 3 = |
| 5. 6 + 2 = | 13. 5 + 3 = |
| 6. 5 + 2 = | 14. 7 + 3 = |
| 7. 8 + 2 = | 15. 6 + 3 = |
| 8. 7 + 2 = | 16. 8 + 3 = |

簡単な計算をリズム良く答えることで脳を活性化!

### 【うすじ盤】



数字を並べる手作業で、集中力が高まり脳を活性化!

## ◆参加者の感想

ことわざ、俳句、川柳など昔懐かしい教材なので、楽しいです。

他の参加者とお知り合いになり、お話しするのも楽しかったです。

パークゴルフのスコア計算が楽にできるようになりました。

## ◆学習サポーターの感想

いろんな方とお話しができるので楽しいです。

サポートしながら、一緒に脳トレさせてもらってます!