

添田町 あったカフェ

令和6年8月28日（水）10：00～10：50



オークホールにお伺いし、シナプソロジーを行いました。シナプソロジーとは2つのことを同時に行うといった普段慣れない動きで脳を適度に混乱させ認知機能を向上させることを目的としています。日常生活でも気軽に取り入れやすい内容だったと思います。今回は、20名の方が参加されました。ありがとうございました！