

大任町出前講座

9.27 金 10:00-11:00

大任町レインボーホールに伺い、「シナプソロジー」を行いました。「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。今回は20名の方に参加して頂きました！積極的に参加され、楽しい雰囲気で行うことができました☆

