



# 直方市出前講座

令和6年11月20日(水) 10:00 ~ 11:00



直方市上境公民館に伺い、シナプソロジー講座を行いました。

「2つのことを同時に行う」など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。認知機能や運動機能の向上、不安感の低下も期待できます。

当日は上境地区住民の方、20名に参加して頂きました。

ありがとうございました。