

# 糸田町認知症予防教室



R7. 2. 21(金)糸田町で開催された「糸田町認知症予防教室」に参加しました。今回は「シナプソロジー」を行い、18名の方に参加いただきました。シナプソロジーとは、「2つのことを同時に行う」「左右違う動きをする」といった普段慣れない動きで脳に適度な刺激を与え、脳の活性化を図ります。慣れない動作に苦戦しながらも、皆さん楽しんでおられました。ありがとうございました。

