

# 脳若<sup>®</sup> トレーニング

みんなイキイキ・ワクワク  
楽しい脳若 (Nouwaka)

脳若トレーニング体験会 (参加費 無料)

日時 2024年11月22日 (金)  
13:00~15:00まで

場所 aurea(アウレア：旧大牟田商工会館)  
1階イベントスペース (大牟田市有明町1-1-22)

対象 基本65歳以上  
認知症カフェや通いの場等の主催者様、民生委員や自治会の  
役員さんなど地域づくりに関わっておられる方の参加も歓迎

定員 20名 (先着順)



単なる脳トレではなく、タブレットを使ったコミュニケーション重視の  
認知症予防講座です♪

## 回想



## 短期記憶トレーニング



## コミュニケーションゲーム



## BB体操



## 口腔



## 想起トレーニング



## 音読／書き取り



## リラックス体操



## 脳若バランス運動



## 脳若Q



全国150市町村の自治体の認知症予防講座で実績のあるトレーニング方法です。  
タブレットが初めての方でもご安心してご参加ください。(販売活動などは一切ございません)

申込み期限 11月15日(金) 定員に達した場合は期限前に受付終了となります。

申込み先・お問い合わせ先

株式会社シティアスコム 総務部

☎ 092-852-5111

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



CITY ASCOM



somelight  
サムライト

株式会社シティアスコムは、持続可能な地域社会の実現に向け、SDGs項目に対して積極的に取り組んでまいります。