

脳の
活性化



明るく
楽しく!

シナプソロジー普及員養成講座

シナプソロジーは「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を適度に混乱させ、さらに効果的な刺激を与えることで
脳の機能が高められる楽しいプログラムです!

ご家族のために、大切な人のために、自分のためにシナプソロジーを始めませんか?



家族と

子どもと

同僚と

友達と

日時: 令和7年3月5日(水) 13:30~15:00

場所: 総合福祉センター「ハピネス」

指導: シナプソロジーアドバンスインストラクター 竹本礼子氏

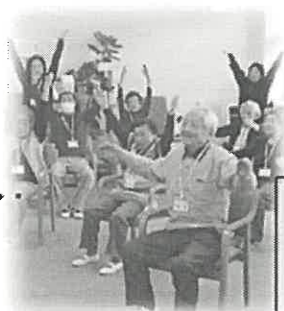
受講料: ¥4,950(テキスト・ツール・登録料込)

再受講: ¥3,850(テキスト付、ツールなし)

*** 介護予防ボランティアで活動をする場合は受講料無料!**

子どもの
脳の
発達に

家族で...
仲間で...
お友達と...



記憶力
集中力
UP!

<申し込み> 下川町社会福祉協議会
支援コーディネーター
竹本・橋本 ☎ 4-3123

シナプソロジー普及員養成講座について

よくあるご質問

Q. 全くの初心者なのですが？

A. はじめての方大歓迎です。

Q. 時間はどのくらい？

A. あっという間の90分です。

Q. 高齢でも大丈夫ですか？

A. 80代の方も参加されました。



とても楽しく、笑いが絶えない雰囲気、あっという間の90分です。

プログラム紹介

計算 じゃんけん

じゃんけんをしながら計算をします。

基本動作

1. じゃんけんのグーは10、チョキは20、パーは50とします。

2. じゃんけんをします。お互いが出した手の数字を足し算して、答えがなかった人から声に出します。

例 パーとグーなら「60」、パーとチョキなら「70」です。

※両手で成らず、両手の手でも行ってみよう。

バリエーション1

数字を3桁に。

じゃんけんのグーは100、チョキは200、パーは500とし、じゃんけんを行います。

例 チョキとパーなら「700」、グーとグーなら「200」です。

※両手で成らず、両手の手でも行ってみよう。

バリエーション2

数字の桁を3つバラバラに。

じゃんけんのグーは10、チョキは200、パーは5,000とし、じゃんけんを行います。

例 グーとチョキなら「210」、パーとチョキなら「5,200」です。

※両手で成らず、両手の手でも行ってみよう。

誰でも楽しく脳を活性化！

シナプソロジー普及員養成講座(90分)の流れ

開始時間	内容
0:00	講師紹介
0:05	シナプソロジーをやってみよう！(体験①)
0:10	シナプソロジーとは？
0:20	シナプソロジーをやってみよう！(体験②)
0:25	脳に関する豆知識！
0:30	シナプソロジーをやってみよう！(体験③)
0:40	シナプソロジーの活用事例紹介
0:45	他の方とシナプソロジーを実施できるようにしよう！
1:25	まとめ
1:30	記念カード授与 ★資格取得印

下川町では介護予防ボランティアとして活動ができます！
登録料・受講料免除！

ご自身のために...

大切な人のために...

地域のために...



【活動場所】

下川町立デイサービスセンター&支援ハウス
 共生型住まいの場「ぬく森」

その他、依頼を受けた団体等

【内容】

利用者の皆さんと一緒に、シナプソロジー&対話を楽しみます

*日時等の詳細はお問合せください 下川町社会福祉協議会 担当:竹本・橋本 ☎ 4-3123

