



つながるカフェ シナプソロジー！



11/28 (金)

14:00~15:00



総合福祉センター「ハピネス」大広間

シナプソロジーで体操！でおなじみシナプソロジー
一人でやるよりもみんなでやる方が楽しい！
脳の神経系を刺激して、脳を活性化！

とまどって脳を活性！



爆笑して気分爽快

悩んで脳を混乱！

シナプソロジーって？

問い合わせ

下川町社会福祉協議会 担当：竹本・橋本

☎ 01655-4-3123



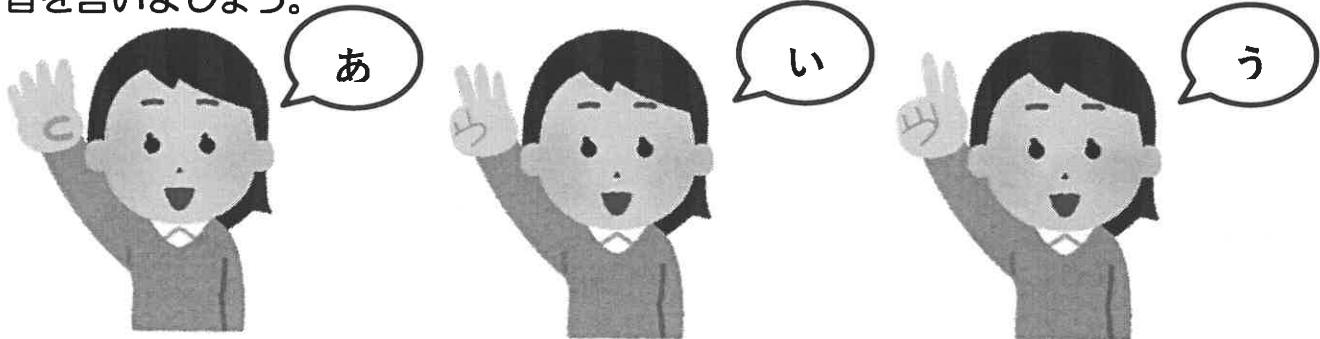
シナプソロジーで体操！

その59「ゆびおりあいいうえお」

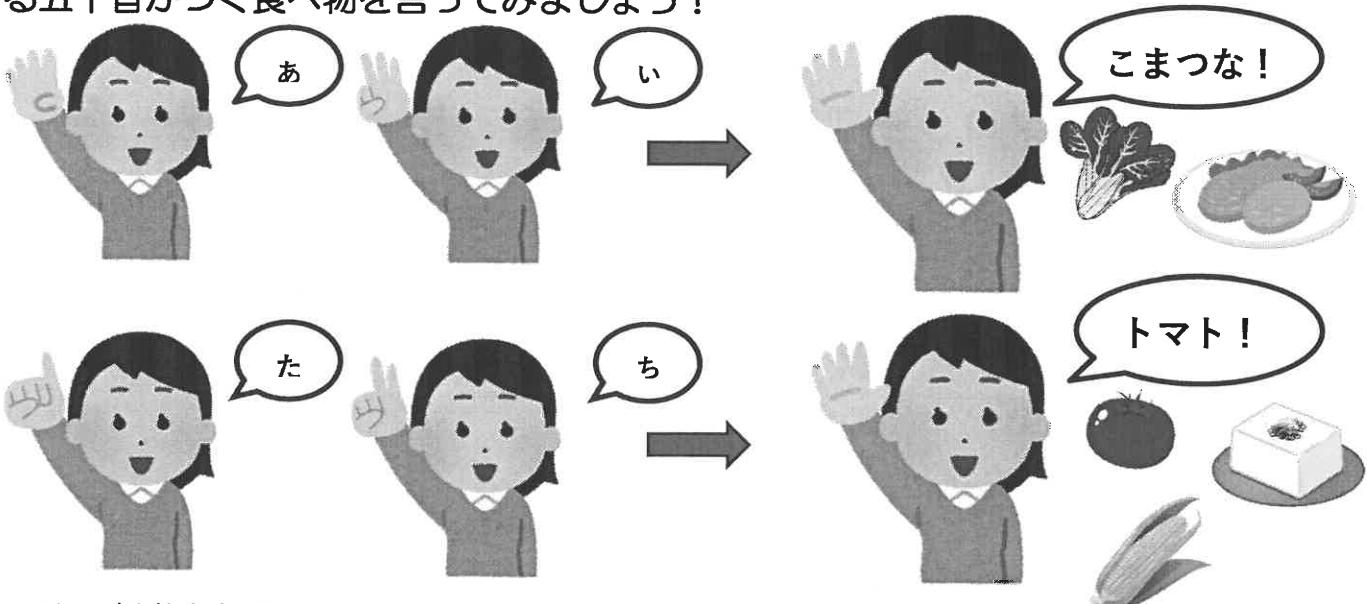
脳は適度な刺激を受けることで、活性化することがわかっています。少し戸惑って考えたり、悩んだり、混乱する時に脳の神経伝達物質「シナプス」が活性化します。えー？なんだっけ？どうだっけ？と、ちょっと戸惑いながらチャレンジしましょう！

<準備運動>

親指から順番に指を折っていきます。その時に、「あいいうえおかきく…」と五十音を言いましょう。



指を折りながら「あいいうえお…」と言うのは同じです。手がパーの時に行っている五十音がつく食べ物を言ってみましょう！



<脳に刺激を加えるよ！2>

指を折りながら「あいいうえお…」と言うのは同じです。手がグーの時も食べ物を言ってみましょう！

