

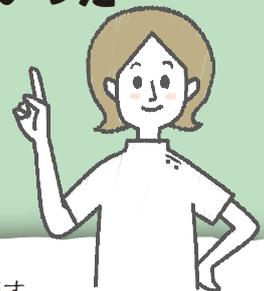


脳活 エクササイズ

2017年
12月より
スタート

そんな方は
松戸愛光園デイサービスの
脳活エクササイズを
してみませんか？

- 「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活性化！
- 注意機能の向上、判断力の向上、認知機能の向上、
抑うつ感・倦怠感の低下が期待できます！



プログラム内容例

通常のデイサービスご利用者とは提供時間、プログラム内容が異なります。

- 9:30 送迎車によるお迎え
- 10:00 看護師による健康チェック
- 10:15 脳活エクササイズの開始
- New
 - 『シナプソロジー』 楽しみながらの認知症予防プログラム
 - 『コグニバイク』 一人ひとりに合わせた認知トレーニング
- 11:45 口腔体操による嚥下訓練
- 12:00 昼食
- 13:30 送迎車によるお送り

短時間 認知症予防プログラム中心 1日限定10名

シナプソロジー®

楽しく体を動かしながら「脳」を活性化!!
子どもから高齢者、アスリート、ビジネスマンまで
さまざまな方が活用しています。

例「計算じゃんけん」
じゃんけんをしなから
暗算をしてみよう!

10
20
50

例「スカーフキャッチ」
スカーフを投げ合います。
投げずる前に相手に左右の指示をし
受け取る人は指示された側の手で
キャッチ。繰り返します。

右 右

コグニバイク

運動しながら脳をつかう。
デュアルタスク方式で効果的な認知トレーニング!!

上のイラストの動物の名前を選んでください

ゾウ	イルカ	ライオン	ツル
サイ	カメレオン	トラ	ブタ

レベルに合わせた
トレーニングが可能!