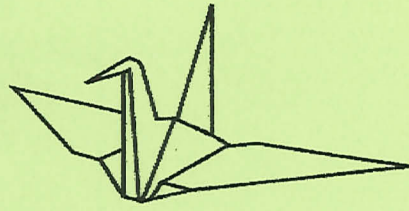


東北シニアライフアドバイザー協会主催

シニアいきいき教室



脳を活発に手先を使う「折り紙」

日本古来の「折り紙」を一緒に楽しみ、より活発に脳を働かせ、生きいきシニアライフを送りませんか。今回は、新年を言祝ぐ「祝い鶴」、そして来年の干支となる「親子猿」を折ってみましょう。

世界語になっている「Origami」の室礼は、
気品ある「オモテナシ」の心とされています。

人間の頭脳は「手先を使う」事によって発達してきました。大脳皮質上外側面における各機能の中枢部位を調べてみると、手に関与する神経の大脳に占める割合が非常に広いことが分かっています。つまり「手先を使う」ことは広範囲の脳を使うことになる訳です。「折り紙」はかなり高度な脳機能を要し、大脳を広く刺激します。

「折り紙」を一人で折るのではなく、折り方を教えあったり、批評しあったりする仲間と一緒に折るのが効果的！ 創作折り紙に挑戦したい方、奮ってご参加ください。

(木)

○日時 平成27年12月17日(木) 13:30~15:30

○場所 仙台市市民活動サポートセンター 研修室5

仙台市青葉区1番町4丁目1-3(地下鉄広瀬通駅西5出口)

TEL 022-212-3010

○テーマ 「折り紙」は老化防止の妙薬

○講師 シニアライフアドバイザー 三瓶 弘次氏 とSLAスタッフ

○参加費 和紙代 300円

お問い合わせ 東北シニアライフアドバイザー協会

いきいき教室部会 担当：鳥谷部・阿部

(Tel&Fax 022-348-7234・022-372-6503)

東北シニアライフアドバイザー協会は、95年東北のシニアライフアドバイザー（シニアルネンス財団が総理大臣の許可を得て実施した中高齢者生活相談員養成講座を履修し審査に合格した者）が市民団体として立ち上げた団体です