昭和クラブ通信

昭和97年10月号

脳を活性化させよう！

昭和クラブでは脳トレを取り入れエクササイズを行っております。

やはり職員とのコミュニケーションが将来的に脳を活性化させるためのもっとも有効な手段であることは言うまでもありません。

チームを使用した対戦型のゲームや、昼食作りなど、様々な組み合わせでの一緒にお楽しみいただくことを目的としております。

パズルやトランプ、ボードゲームなどを取り入れ、脳トレーニングを日常生活に近づけるよう心がけております。

脳トレ

人は誰でも歳を重ねると脳内の血流が悪くなり、認知機能が低下したり、酸素やブドウ糖が不足すると、脳の機能が低下することは、認知症の原因となります。

脳を刺激する運動や、脳を促進するような活動は、脳の機能を維持するために重要です。

脳トレは、脳の機能を維持するために重要な活動であり、脳の機能を維持することで、認知症の予防に役立つとされています。

脳トレは、脳の機能を維持するために重要な活動であり、脳の機能を維持することで、認知症の予防に役立つとされています。

脳トレは、脳の機能を維持するために重要な活動であり、脳の機能を維持することで、認知症の予防に役立つとされています。

脳トレは、脳の機能を維持するために重要な活動であり、脳の機能を維持することで、認知症の予防に役立つとされています。

脳トレは、脳の機能を維持するために重要な活動であり、脳の機能を維持することで、認知症の予防に役立つとされています。

こまめな換気

人との距離を保とう

3密の回避

昭和クラブ
住所：鹿児島市高麗町27-19
電話：099-252-5625
事業所番号【4690101490】

第二昭和クラブ
住所：鹿児島市郡元3-1-22
電話：099-297-5601
事業所番号【4690102209】

第三昭和クラブ
住所：鹿児島市下荒田1-35-20
電話：099-297-6415
事業所番号【4690102563】

SYOWACLUB
インスタグラム更新中！

今月の行事

～十月下旬頃～
ミニ運動会