

熊本初!!

脳活性化プログラム
『シナプソロジー』導入のご案内
これからの高齢者社会にピッタリ
のプログラムです。



笑顔で、楽しく
脳の機能をアップ!!

シナプソロジーとは?

介護事業所や介護予防事業で多くの導入実績がある、全国でスポーツクラブを展開する(株)ルネサンスが開発した認知機能の低下を予防するプログラムです。大学などの研究機関や国のプロジェクトで効果が立証されています。「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、認知機能低下を予防します。笑顔やコミュニケーションが生まれるので、楽しく続けられるのが特徴です。

アタマの回転が速くなる“体操” そのワケは「シナプソロジー」にあり!



「シナプソロジー」は昭和大学脳神経外科の藤本司名誉教授にアドバイスを受けながら、ルネサンスが独自で開発。プログラムの効果測定は、筑波大学体育系の田中喜代次教授が代表取締役を務める、株式会社THFに依頼し、筑波大学の研究所を借りて、約2か月間に亘り実施。その効果検証において、脳を活性化する様々な効果が検証されました。

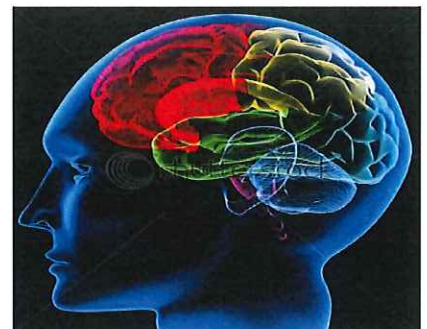
【開発/研究関係者】



藤本 司(ふじもと つかさ)
・シナプソロジー医学顧問
・昭和大学名誉教授
・アレクサンダー・テクニークBC 医学顧問
・さがみりハビリテーション病院 顧問
・日本脳神経外科学会(評議員)専門医
・日本脳卒中学会 専門医
・日本脳神経超音波学会 名誉会員



田中 喜代次(たなか きよこ)
・筑波大学体育系・大学院 人間総合科学研究科
スポーツ医学専攻 教授(教育学博士)
・株式会社THF 代表取締役社長
・国際老年運動学会(ISAPA)理事
・アメリカスポーツ医学会(ACSM)評議員
・日本健康支援学会理事長
・日本体力医学会理事



シナプソロジーの効果

多くの期待される効果のなかから、高齢者の方にとくにうれしい効果を紹介します。

1 認知機能の向上、 認知症の予防に

脳が活性化すると、注意機能や判断力が高まり、記憶力や思考力も向上し認知機能の維持・向上が期待できます。

2 高齢者の健康増進、 ストレス緩和に

簡単な運動にもなるため、動く喜びを感じながら健康増進できます。笑うことで、体や脳の緊張もほぐれ、心もまた元気になる。

3 楽しく行って、 コミュニケーションの一環に

二人以上で行えば、自然とコミュニケーションが生まれます。みんなで楽しみながら効果が上げられるので、高齢者のレクリエーションとして最適です。



シナプソロジーを楽しむポイント!!

**「うまくできない」でOK!
できないことを楽しむエクササイズです。**

シナプソロジーは、うまくできなくてもよいし、隣の人との競争でもありません。指示が出ると「うっ」と考えます。大切なのは、この「うっ」となる時間。脳に新しい刺激が与えられ、それに対応しようと脳が混乱する、それを楽しむのが、シナプソロジーの特徴なのです。



シナプソロジー普及会認定

コーポレートインストラクターが直接指導!!

南部 泰宏 (なんぶ やすひろ)

- ・介護福祉士
- ・シナプソロジー認定
コーポレートインストラクター



シナプソロジーインストラクターの南部です。シナプソロジーは、うまくできなくてOKのエクササイズです。皆さんいっしょに、楽しく、【笑顔笑顔】で脳を活性化させましょう。

西 真依子 (にし まいこ)

- ・介護福祉士
- ・シナプソロジー認定
コーポレートインストラクター



シナプソロジーインストラクターの西です。認知機能向上、認知症予防の為に、みなさんの「うっ」となる時間を少しでも多くだせるように頑張りたいと思います。

脳がよるこぶ!
笑顔がうまれる!
シナプソロジー®



社会福祉法人 白川直会会
るり苑 デイサービス

熊本市東区上南部1丁目16-36
TEL. 096-388-2121
fax. 096-388-2139

担 当: 西・南部
広報担当: 吉永

