

まちの先生講座 講座企画書

講師名 小池 克昌



講師紹介（自己紹介）

鍼灸治療家として20年以上活動中。福祉施設でのリハビリや

体操指導も行う。「辛くない体づくり」を推奨するとともに

脳活性化プログラムの教育トレーナーとして全国で活動中。

講座名 楽しみながら物忘れを撃退！「心と体の若返り教室」

PRポイント（受講を希望する方に分かりやすくご記入ください）

楽しみながら脳を活性化するプログラム「シナプソロジー」を行うことにより集中力・注意力その他、脳の機能を向上。軽い運動と併せて効率はアップ！脳に関する豆知識も得られます。誰でもムリなく行っていくことができますので安心してご受講ください。

講座内容（教えていただく内容、スケジュール等 具体的にお書きください）

【1コマ目】

脳活性化プログラム『シナプソロジー』を体験

【2コマ目】

シナプソロジー + 気持ちよく行える楽しい体操
(椅子に座ってでも行えます)

【3コマ目】

シナプソロジー + 脳の豆知識を得る！

持参いただくもの

2コマ目・・・お持ちの方はヨガマットまたはバスタオル

使用教材