

# 頭のフィットネス みつおか式 「脳若トレーニング講座」



金曜 午前 10 時半～11 時半

楽しくやってま～す！

- 毎週コース 5,000 円（税別）／月
  - 月 3 回コース 4,200 円（税別）／月
  - 月 2 回コース 3,200 円（税別）／月
- テキスト代は不要です・iPad はお貸しします。



無料体験随時できます！興味のある方お気軽にどうぞ

★iPad を使った新しいカリキュラムで  
脳がいきいき若返ります。

★インストラクターとの楽しい  
会話で教室はいつも笑顔でいっぱい



- ① 記憶トレーニング 楽しい問題が脳を活性化します。
- ② BB 体操 脳と身体の組み合わせ体操でイキイキ・ハツラツ！
- ③ 回想法 タイムスリップをして昔の気持ちに戻ります。
- ⑤ iPad 活用 様々な面白アプリで脳トレゲーム楽しめます。
- ⑥ 音読 声を出して文字を読むのは、脳に刺激を与えます。

他にもいろいろ、楽しみながらできる多彩なカリキュラム

★いつからでも始められます。

★何かを学んで覚える講座ではないので、  
お休みしても遅れることはありません。



街の ICT 広場  
ぱそメイト国府宮教室  
0587-23-8960

