

# 「健康寿命を伸ばすための脳トレ」会のご案内

～脳トレ、音楽、セルフケアの融合～

＜第3回の開催案内です !!＞

3人がそれぞれ、第1回で示した内容に従って、講座を進めることとなります。あらたに参加する方も無理のない内容になるよう講座が進められます。

日時:令和3年7月24日(土) 13:30～15:30

場所:生涯学習センター 第3会議室 (掛川市御所原17-1)

各回事前申し込みをお願いします。(資料用意や会場設営のため)

申込先:代表者 村松直樹(連絡先:jitta034@estate.ocn.ne.jp または tel:0537-29-7132)まで

会場費、資料代として毎回500円の会費を会場でお願いします。

＜参加する上での以下の点をご注意下さい--コロナ感染予防のため--＞

マスク着用をお願いします。

発熱されている方は参加をご遠慮下さい

距離を保ってご着席下さい(家族以外)

ギターの演奏時、歌を歌う時は小声、またはハミングをお願いします。

また、この会のため特に特別な保険は掛けていません。

＜簡単なメンバー紹介と講座のねらい＞

・村松直樹 :かつて若手エンジニアや学生に講義した「村松方式による創造工学セミナー」をベースにして、教材を特許明細書を使って新たな「請求項」を考案します。これには、物事に対する問題意識や柔軟な発想が必要になり脳の活性化につながります。

・山下多恵子 :さとう式リンパケア(押さない、揉まない、引っ張らないでゆるめるリンパケア)のインストラクターの経験を生かしてセルフケアの実践を体験できます。健康寿命の延伸に役立つものと思います。「楽生」自分が楽になるから、何もかもが楽しくなる”という本も出されています)

・兼子悦知 :趣味のギターを生かして、昔懐かしい歌謡曲の世界に皆さんを誘うことを目標にしています。(イントロを聴いて曲を思い出し、メロディーを聴いて歌詞を思い出し、その当時のことを懐かしんでもらえると幸いです。)

・メンバーの松浦多希子さんは、現在コロナ拡大状況下での活動を休止しています、コロナ感染の収束の頃合いを見て、活動復帰しますとのことで、しばらくお待ち下さい。

※ 第1回、第2回で使った特許資料や会の様子は下のホームページ載せました。

主催 掛川塾 M方式グループ (代表 村松直樹・松浦多希子・山下多恵子・兼子悦知)

代表者 村松直樹 (連絡先:jitta034@estate.ocn.ne.jp)

なお、最新の開催情報は下のホームページでご確認下さい

ホームページ: 健康寿命を伸ばすための脳トレ

<http://www.ne.jp/asahi/yoshikn02/namo/mhousiki/>

