

ヒューマンライフケア
認知症予防
プログラム



こんな時だからこそ、
ご自宅で健康維持・認知症予防!



Human
ヒューマンライフケア

オリジナル脳トレBOOK

「認知症に負けない 大人の学習帳」を

介護福祉関連法人・団体様へ
無料配布いたします

「大人の学習帳」は認知症予防を目的に、注意力・発想力・空間認識力・思考力・言語力・記憶力・計算力の7つの観点（能力）から総合的にクイズを作成、どの能力が鍛えられているかを意識しながら様々な問題を解くことで、効果的に脳を鍛えられます。ヒューマンライフケアではご利用者様お一人おひとりに1冊ずつ、無料で進呈し、ご来所時に取り組んでいただいています。

このたび、昨今の新型コロナウイルス感染拡大防止のための外出自粛を受け、ご自宅で過ごす時間が増えた高齢者の心身の健康維持・向上を目的に、「大人の学習帳」を介護関連法人・団体様を対象に無料配布させていただくこととなりました。

ご希望の法人・団体様は下記連絡先まで、お電話・ホームページからご連絡ください



かかとを上げながら足の筋肉を引き締めるように

「ヒューマン体操」の動画では、動きのポイント解説も同時に表示されます。動画の視聴は下記のホームページから!

「ヒューマン体操」

インターネット上で特別公開中

脳と筋肉を同時に鍛えるオリジナル体操として開発された「ヒューマン体操」の動画を、ただいま YouTube 等インターネット上で特別公開中です!ご自宅で「脳と筋力を同時に鍛える体操」に毎日取り組んで、体力の維持・向上と認知症予防に取り組みましょう!

「認知症予防プログラム」についての詳細はお近くのヒューマンライフケアへ、お電話またはホームページよりお問合せください!

ヒューマンライフケア

検索

<https://kaigo.human-lifecare.jp/lp/program/>

