

# デイケア日記

デイケアのプログラム「脳トレ」を紹介したいと思います。

塗り絵やスケルトン、  
クロスワードパズルや  
間違い探し、点つなぎ、  
数独、計算問題など、  
様々なプリントの中から、  
自分のやりたいもの  
を選んで取り組むことが  
できます。



集中して塗り絵に  
取り組む人や、  
スタッフや  
他のメンバーと  
相談しながら  
問題に取り組む人も  
います。



目の前の活動に集中する  
ことによって、健康的な自分  
を見つけることができたい、  
脳の老化予防が期待  
できます。あなたも一緒に  
脳の健康寿命を延ばしませんか？

