

健康いきいき ステーション

- ・参加無料!
- ・感染対策実施!
- ・お土産付き



日時

2024年2月16日(金) 14~15時

内容

脳に関するQ&A

炭水化物が多めの食事は問題? 「脳トレ」は認知症予防になる?
脳の老化を防ぐ食品は?

脳年齢計チェック-ATMT

画面にタッチするだけで、簡単に脳年齢が測定できます。

約5分程度で脳年齢を測定。

詳細はウラ面へ

健康いきいき

ステーションでは

身体の健康チェックが出来たり、日々の情報交換をしたり、また専門家に介護や物忘れなどに関して相談することができます。

どなたでも
お立ち寄りください

お問い合わせ



そうごう薬局 佐野店

群馬県高崎市倉賀野町31-3

TEL 027-345-0021

【受付時間】9:00~18:00(日祝 除く)

高齢者あんしんセンターサンピエール

高崎市上佐野町786-7 TEL 027-346-3760

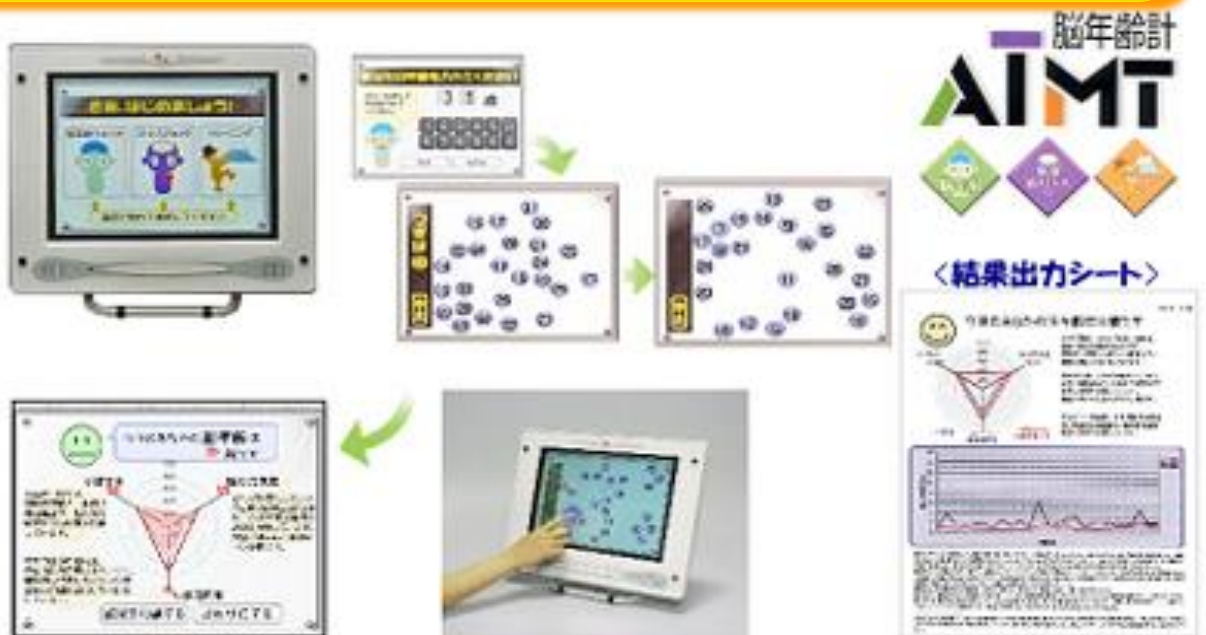


※サンピエール病院駐車場のATM側の道路を入れて直進右側です。

脳の元気度、すばやさ、有効活用度を定量化

1 から25 まで画面にタッチするだけ、20 ～ 90 歳まで幅広い年齢に対応

あなたの脳年齢は・・・ ・・・何歳ですか？



画面の数字にタッチするだけで脳年齢を測定

測定項目

- 1. 年齢(効活用度、疲れ、素早さ)**
脳年齢を中心に有効活用度等を測定することができます。
測定結果に対する詳細なアドバイスを印刷することができます。
- 2. ストレス度(ストレス度、機転度)**
脳のストレス度を中心に機転度などを測定することができます。
測定結果に対する詳細なアドバイスを印刷することができます。
- 3. トレーニング(パターン認識トレーニング、記憶トレーニング)**
脳年齢などの測定結果を改善するトレーニングが行えます。

測定方法

- ① 画面にタッチし、測定コースを選択します。
- ② 最初に練習ができますので、初めての方は練習から始めましょう。
- ③ 画面の数字を1～25まで、出来るだけ早く正確にタッチしてください。
- ④ 2回(2パターン)測定終了後に検査結果が表示されます。