

脳に良いことしてますか？

みんなで脳力アップ教室

受講生募集

参加費
無料！



「みんなで脳力アップ教室」とは？

週1回、^{がくしゅう}楽習（簡単な読み書き・計算の教材・すうじ盤学習）や軽い体操などで、**脳**の健康づくりを行います。東北大学・川島隆太教授の世界最新の脳科学研究から生まれた脳の健康維持教材（公文教育研究会学習療法センターの教材）で、**脳力アップ**を目指しましょう！



1. 日時	受講生説明会 令和8年9月4日（金） 午後2時～3時30分
	脳力アップ教室 令和8年9月18日（金）～令和9年3月12日（金） 毎週金曜日（全25回） ※1/1を除く 第1部：午後1時30分～2時30分 第2部：午後2時45分～3時45分
2. 会場	西部文化会館（明石市二見町西二見597-2） ※公共交通機関のご利用にご協力をお願いいたします。
3. 対象者	65歳以上の明石市民で、受講生説明会および毎週教室への参加と毎日10分程度の ^{がくしゅう} 自宅楽習が可能な方
4. 定員	第1部 10名 / 第2部 10名 合計 20名 ※応募多数の場合は抽選。結果は後日連絡させていただきます。
5. 内容	・専用教材を使った ^{がくしゅう} 楽習（約30分） ・椅子に座ってできる体操など（約30分） ・専用教材を持ち帰り自宅 ^{がくしゅう} 楽習（1日約10分）

■申込方法

電子申請または電話、メール、FAX

（住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレスを記入）で受付

申込締切：令和8年7月31日（金）

電子申請はこちらから



【申込＆問い合わせ先】

明石市 福祉局 高齢者総合支援室 高年福祉係

電話：918-5288 / FAX：918-5106 / メールアドレス：kaigoyobou@city.akashi.lg.jp

申込み〆切:2026年7月31日(金)

「みんなで脳力アップ教室」

FAX での申込み用紙(FAX:918-5106)

2026年 月 日

氏名・年齢・住所・電話番号をご記入の上、上記 FAX 番号まで送信してください。
電話やメール、二次元コードでの申込みも可能です。メールで申込みされる場合は、
下記の内容を記入して下記メールアドレスへ送信してください。

(フリガナ) お名前		年齢	
住所	〒		
電話番号 (日中連絡がつく番号)			
希望の部 (いずれかに☑を付けてください)	第1部を希望 <input type="checkbox"/>	第2部を希望 <input type="checkbox"/>	どちらの部でも良い <input type="checkbox"/>

※原則として、受講生説明会(令和8年9月4日(金)14時~15時30分)にもご参加ください。

※ご記入いただいた情報は、「みんなで脳力アップ教室」に関するお知らせのために利用します。

電子申込はこちらから



【問い合わせ・申込み】

明石市高齢者総合支援室 高年福祉係

TEL 918-5288 / FAX 918-5106

メールアドレス kaigoyobou@city.akashi.lg.jp