



健康寿命をのばそう!  
Smart Life Project

Gakken



脳検



MX MOBILING

脳検講座の紹介動画は  
こちらから

店舗  
限定

# 脳検講座



当社のホームページに  
アクセス後、下にスクロール  
※視聴にはポケット通信料  
がかかります

新たな脳検講座が始まりました!

## 脳検講座 第1章 認知症予防への対策を

しっかり学びたい方向け

※「脳検講座」は「脳検講座 第1章」に  
名称変更となります。内容に変更はありません。

## 脳検講座 第2章 ▶ 脳検講座 第3章

脳の働きに有効なレッスン&健康運動を

しっかり学び実践したい方向け

※開始日は各店舗のスケジュールをご確認ください。

全章、各8講座。どの講座からも受講いただけます。

専門医監修

## 脳検講座の5つのカリキュラム

NEW1



記憶力が  
UPする  
レッスン

NEW2



脳の働きに  
有効な  
健康運動

3



ドリル  
演習

NEW4



脳年齢  
検査

NEW5



ワン  
ポイント  
対策を  
知る

各専門家による認知症予防セミナーにバージョンアップします!! ※一部日程のみ

NEW  
1

## レッスン

新たなレッスンが増えました。

NEW  
2

## 健康運動

シナプソロジー®が体験できます!!

シナプソロジー®とは「2つのことを同時に行う」「左右で違う動きをする」といった普段慣れない動きで脳に適度な刺激を与え、活性化を図ります。

【効果】注意力が高まり、判断力が早くなる等の脳機能の改善とともに、爽快感が向上し、疲労感や抑うつ感が低下する等、心理面における効果も立証されています。

<脳活性化メソッド>シナプソロジー®

・株式会社ルネサンス 監修:昭和大学 名誉教授 藤本 司/東京医科歯科大学 特任教授 朝田 隆



RENAISSANCE

3

## ドリル演習

時間内に脳検講座ドリルの演習をします。

NEW  
4

## 脳年齢検査

新たな検査項目を皆さんで受検します。

NEW  
5



## ワンポイント 対策を知る

ご要望の多かった食生活や趣味を楽しむセルフケアを学んでいただけます。

本講座は株式会社NTTドコモが提供している講座ではなく、当ドコモショップの運営会社であるMXモバイリング株式会社が企画・開催しているものです。本講座に関するお問い合わせ先や開催店舗、予約については右記をご参照ください。

WEB  
予約



当店の「脳検講座」は、厚生労働省の『スマート・ライフ・プロジェクト』に参画しています。イラストはイメージです。詳しくはスタッフまでお問い合わせください。