

認知症カフェ「一福老(いっぽくろう)」
やってみよう たのしみをみつけよう



【囲碁】秋の体験講座のお知らせ

9月25日(木)・10月23日(木)

10:00~12:00

※両日同内容です。



囲碁は、日本の歴史や文化に根付いたボードゲームです。
盤面に黒と白の碁石を置いて、互いに陣地を取り合い、シンプルながらも、奥深く、知的な刺激を多分に含んでいます。

陣地を取る。戦略を練ること。考えることがたくさんあって、楽しいです。普段と違う頭の使い方をしている自分と、囲碁の効果に気づき、話題も広がります。

初心者も、ルールから楽しく学べます。
経験者も、新しい仲間と一緒に打ちませんか？

なぜ？ 今!! **囲碁**  なのでしょうか？



認知症カフェ「一福老」は、
囲碁を中心とした活動の中に、地域・医療とつながり
ながらフレイル予防や社会参加の場として、みんなで
安心と楽しさをみつけて ほっと一息(=いっぷく)
できる居場所を目指しています。

体験講座に ぜひお立ち寄りください！

囲碁は知的な刺激が
極めて強い活動であり、
他のゲームにはない
特徴があります。

「囲碁の石に役割はなく、**自分の力**で、
石ひとつひとつを使い、
真っ白な大地に、自分の
陣地を作っていく!!
醍醐味を
体験しませんか？

講師：伊藤 恵理子先生・石橋 清人先生
(東京都健康長寿医療センター研究所)



- ◇ 参加費：300円(体験会初回は、無料)
- ◇ 開催場所：世田谷区等々力3-5-2 ふくろうクリニック等々力内 集会室
ヒューリック等々力ビル3階(1階は、ローソンです)
- ◇ お問い合わせ：03-5758-3270 ふくろうクリニック等々力(見城・淵本)



医療法人社団 創福会 Future Clinic TOSOFUKU
ふくろうクリニック等々力