

認知症カフェ「一福老(いっぷくろう)」

はじまりの春は、晴れ晴れと…

学んで、たのしく仲間にであう!!

【囲碁】体験講座のお知らせ



3月26日(木)・4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。

陣地を取ること。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、ルールの基礎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？

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？

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!

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)

