

認知症カフェ「一福老(いっぷくろう)」  
初心者も経験者も仲間をつくろう



## 【囲碁】体験講座 開催のお知らせ

2月27日(木)  
10:00~12:00



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。

初心者は、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**  なのでしょうか？

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。

囲碁でかなえよう。  
住み慣れた地域で、イキイキと希望をもって生きていく【新しい認知症観を!!】体験しながら学べます。新しい年**2025**のチャレンジにお勧めです。

認知症カフェ「一福老」は、  
地域・医療とつながる暮らしの情報から、みんなで安心と楽しさを見つけ、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)

