

## 少子高齢化「脳トレを体験しよう」

法則化☆風の如く 風林裕太

発問1 治らないのはどれですか？

風邪・骨折・擦り傷・脳の病気

脳の病気は治りません。脳の細胞には再生能力はないのです。薬もありません。脳の病気を認知症と言います。治らないので予防が大切なのです。

発問2 認知症の予防に効果があるのはどれ？

会話・早寝早起き・笑う・運動・考えるトレーニング・わかったという体験・ひらめいたときの嬉しさなど

全部です。逆に進行させてしまうのはどんなことだと思いますか？

あたま元気くんといいます。認知症の予防や進行に効果があると注目を集めています。みなさんもやってみましょう。

良く考えながらやっていた人？その人は脳の前の方が活発に働いていました。前頭葉です。

わかったときに、よしと思った人？その人は脳の横の方が活発に働いていました。側頭葉です。

最後に教科書を読む。