安全運転のための
『高齢者講習予備校』開催！

2月25日（木）
銚子大洋自動車教習所で
新型コロナ感染予防対策もバッチリ！
高齢になっても末永く運転するために

銚子大洋自動車教習所の澤田裕江社長

高齢者の"脳若"に取り組んでいる銚子大洋自動車教習所では、2月25日（木）午前10時から安全運転のための「高齢者講習予備校」を開催する。あわせて「脳若診断」も行なうので、高齢になっても安全運転で事故なく末永く毎日安心して過ごしたい方は、ぜひ参加してみてはいかが？参加費はテキスト代として1000円。新型コロナウイルスなどの感染症予防対策を徹底するため、定員10名での実施となるので、ご希望の方はお早めにお申し込みをどうぞ！

定員10名なのでお早めに！

【安全運転のための高齢者講習予備校／特別授業「脳若診断」】
▼日時 2月25日（木）午前10時～正午
▼場所 銚子大洋自動車教習所第3教室
▼定員 10名
▼参加費 1000円（テキスト代）
▼内容
▽認知機能検査
▽脳若トレーニング
▽交通安全講話

免許更新時の「認知機能検査」が体験できる！

【運転寿命を延ばすみの安全運転の心得】
加齢と共に認知機能は低下すると言われています。今からでも安全運転の意識を見直し、運転卒業のその時まで"事故ゼロ"を実現するための注意点を学んでいただきます。

授業は、高齢者運転免許更新時に行なう「認知機能検査」の模擬検査が体験できるほか、認知力を高める「脳若トレーニング」で脳の活性化を図ります。

※70歳以下の方のご参加も大歓迎！
※実際の「認知機能検査」の点数には反映されませんので、リラックスしてチャレンジしてみてください。

■お申し込み・お問い合わせ
銚子大洋自動車教習所
☎0479-22-3451
※月曜定休

感染症予防対策を徹底して開催！

脳若
10年後のための習慣を作る
～毎朝7時が楽しみに～

脳若トレーニング開発者 光岡 眞里

新型コロナウイルス感染拡大は、ある日突然、私たちの生活様式をガラッと変えてしまいました。

このコロナ禍で、人と人との繋がりは一体どうなってしまうのか――。非常に危機感を覚えるとともに、外出自粛による高齢者のフレイル（虚弱）が進んでしまうことを真っ先に心配しました。「私に何か出来ることはないものか」と考え準備したのが、スマホのLINEを使いスマホを始めたばかりの高齢者様にご好評を頂き、全国にひろがってきています。

人生100年時代。一人一人に異なるライフプランがあり、この先、まだまだ元気に過ごさなければと思っている方は多いと思います。毎日を丁寧に過ごし、時には自分を振り返ってみる事も大切です。皆さまの10年後、20年後の習慣作りを、この「脳若365」アプリでサポートできれば幸いです。

「脳若365」ってなぁに？

「脳若365」は、LINE公式アカウントとWEBサイトを活用した無料サービスです。毎朝7時にLINEに送られてくるメッセージの「今日のテーマ」に取り組むことで、認知機能の低下を予防し、より良い生活習慣をめざしましょう！
右側のQRコードを読み取り、LINEの友達追加をしましょう。さ～ぁ「脳若365」を始めましょう！

タブレットで「脳若ゲーム」

「シニアのためのスマホ教室」もドコモショップ銚子店と初コラボ
スマホ操作やLINEで脳若！

銚子大洋自動車教習所では「シニアのためのスマホ教室」を1月21日（木）ドコモショップ銚子店と初コラボして開催した。教習所スタッフで脳若コミュニケーターの林葉子さんが、

「私たち銚子大洋自動車教習所では、高齢者の交通事故を減らしたいという思いで、認知症予防事業の『脳若トレーニング』を行なっています」

と明るく爽やかにあいさつすると、参加したシニアさんらは、

「脳を若く保って安全運転を続けます！」

とヤル気満々、瞳もキラキラ☆

▼林葉子・脳若コミュニケーターの話

年々、高齢者の交通事故が増えています。さまざまな要因はありますが一番大きなものは「認知機能の低下」によるものです。

今日はスマホの操作などを覚えることで、脳を活性化させ、運転能力の向上に役立てていただこうと『シニアのためのスマホ教室』を企画しました。これから皆さんが受けることになる「高齢者講習」や75歳から受ける「認知機能検査」にも役立ちますので、今日は皆さん一緒に頑張りましょう！

今更人に聞けないスマホの操作方法や、基本的な使い方などをドコモショップ銚子店の「スマホ教室」講師より今日は教えていただきます。その後「LINE」というインターネットでメールや通話ができる便利なコミュニケーションツールを紹介します。ぜひお子さんやお孫さんとLINEでつながって、楽しい毎日を送ってください。

LINEで無料通話も！

ドコモショップ銚子店のスマホ講師は、

「皆さん、SNSって知っていますか？ソーシャル・ネットワーキング・サービスの略なんです。インターネットでたくさんの人とつながったり、連絡を取ったり、コミュニケーションを深めたりするサービスのことです」

と話し、次のようにSNSの便利な機能を説明。

【シニアのためのスマホ教室】

SNSには主に「ツイッター」「フェイスブック」「インスタグラム」「LINE」があります。中でも「LINE」はとても便利なコミュニケーションツールで、メールや無料通話ができるとあって人気があります。

皆さんは「LINE」を使ったことがありますか？せっかく便利なツールなのに、まだご自分のスマホにインストールしていない方も多いと思います。それではここからテキストを見ながらスマホの操作方法や「LINE」のインストール方法、使い方を分かりやすく説明していきます。

こんなに簡単なのか!?

参加者の皆さんは、

「LINEってよく耳にするけど、私でもできるかしら？」

と少々不安に思いながらドコモショップ銚子店の講師の優しく丁寧な説明で、

「ふ～ん、こんなに簡単なのか！」

と驚き桃の木山椒の木。スマホを上手に使いこなすことで、脳若にもつながるとあって皆さん熱心に学んでいた。

銚子大洋自動車教習所の澤田裕江社長は、

「当社では、何歳になっても安全運転をしていただきたい、認知症の予防に役立てていただきたいと願いを込めて教習所の定休日の月曜日に脳若トレーニング教室を開催しています。iPadを使った記憶のトレーニングなど皆さんコミュニケーションを取りながら、楽しく脳の活性化に取り組んでおられます。今後も脳若のためのさまざまなイベントを開催してまいりますので、どうぞお気軽にご参加ください」

と呼びかけている。

銚子大洋自動車教習所で1月21日（木）開催された「シニアのためのスマホ教室」・ドコモショップ銚子店との初のコラボ企画！講師は脳若コミュニケーターの林葉子さん