

令和6年度 富久山公民館主催事業

# メンズカレッジふくやま

宗像 真紀子 先生を講師にお迎えして  
第6回「**脳トレカード教室**」講座を  
11月22日（金）開催しました



「脳トレ」とは、“忘れて思い出す”を繰り返す事。と言う先生のお言葉が印象的でした。



宗像先生のご指導により、脳力の向上、能力と脳の活性化をじゃんけんやカードゲーム（トランプでばば抜き・ばばなしばば抜き、じじ抜き、殺しの七並べ）を通して笑いながら楽しく学びました。講座の最後は、ハンドベルで郡山市民の歌・きよしこの夜を演奏して講座を終了しました。

次回は、**12月13日（金）「美味しいお酒を知る」** 講座です。