

S L F 掲示板

セカンドライフファクトリー (SLF) 紹介

就労研究に参加した法人です。地域の就労や仲間づくりの支援のために、講演会、講座、サロンなどの活動を行っています。また、東大や柏市からの委託事業を行っています。



**プチカル講座
参加者募集**

**・フリー麻雀クラブ
(健康麻雀)**

《予約制1名から》
平日
午前 10:00~13:00、
午後 14:00~17:00

半日1000円、
一日1500円、
水曜は女性半額
土曜はグループ利用のみ
・座禅クラブ~暮らし
の中に生きる禅~
(第1・第3水曜
14:00~15:30)
初参加時は無料
2回目からは500円/回
TEL 04-7100-8439

プチカル柏の葉

**わいわいサロン
会員募集**

趣味や学習活動を仲間と一緒に楽しむサロンです。時間の都合がつかないときだけの参加も歓迎です。参加費無料。

サロンは「投資を楽しもう」他多数。詳しくはWebで。セカンドライフファクトリーで検索。

無料！健康麻雀入門講座
認知症予防の研究者である矢富先生の監修による初心者を対象とした10回シリーズの講座を開催します(受講料は無料)。健康麻雀は脳トレの方法として今やとても人気がある活動です。麻雀は、計画力、注意力、記憶力を刺激して認知症予防に効果が期待できます。あなたも麻雀のルールを覚えて楽しく認知症予防をして



SLF講座のご案内
SLF講座を新設いたしました。ご参加をお待ちしております

**セカンドライフ
ファクトリー通信**

発行者
矢富直美
一般社団法人
セカンドライフ
ファクトリー

みませんか？(詳細は裏面)

無料！スマホを買いたい人のためのスマホ講座

スマホは現代の生活に欠かせない道具となってきました。しかし、新しく出現したので、本当に購入する価値があるのか、いったいどう使えるのか不安だという思いを抱えている人も多いのではないのでしょうか？また現在スマホを持っている人も、もっと安くなるようだが切り替えるのは不安だという人は多いと思います。これからスマホを買いたい人・安くない人のための講座を開催します。(詳細は裏面)

無料！スマホ使い方講座

スマホを買ったけど使い方がよくわからないといった悩みを抱えているひとを対象に3回シリーズで無料の講座を開催します。スマホの使い方を研究してきた講師陣が丁寧にお教えします。(詳細は裏面)

第47回SLF講演会案内

「100まで来た認知症の医療とケア」

講師
東京都健康長寿医療センター
研究所 岡村毅先生

内容 自分や家族が認知症になったらどうしますか？以前は、認知症は絶望的な病気で、認知症になったら手の施しようがないと思われてきました。今では、認知症の治療も進歩し、早期発見、早期治療が有効になっています。また、認知症の人が自分らしく生きるための研究も進展を見せています。今回の岡村先生の講演では、農業を利用した認知症ケアなどの研究も交え、認知症の治療とケアの問題について興味深いお話をいただきます。

日時 9月15日(金)

10時~11時30分

場所 東京大学柏キャンパス

柏市柏の葉5-1-15

総合研究棟6階大会議室

費用 資料代500円

申込 メール: info@slf.com.home.ne.jp (件名: 第47回講演会申込)

電話: 04-7100-8023

ファックス: 04-7100-0158

WEB(セカンドライフファクトリーで検索)

はがき: 〒277-0005 柏市柏6-4-24 柏ビルディング7階

SLF講演会係宛

連載記事「認知症は予防できるか」を小冊子にいたしました

ご好評をいただいた24回の連載記事を小冊子にまとめました。認知症予防研究に携わってきた矢富先生が分かりやすく解説した書です。

ご希望の方はセカンドライフファクトリーにて販売しております(頒価300円)。連絡先は下記青帯

広告

甘くておいしい
黒ニンニク
販売

1セット200グラム1500円
6セットまで送料 510円

申込はホームページ
から
IBCコミュニケーションズ
黒ニンニクで
検索

庭木のお手入れは
SLFガーデン
サポートへ
お見積り無料

安価で丁寧な仕事
庭木の改作を提案

TEL 04-7100-2839
http://slf-gardensupport.com/

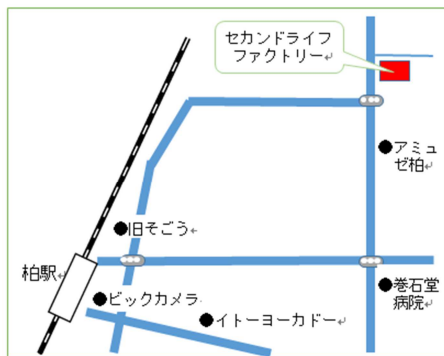
暮らしの支援
えんがわ
生活のお手伝い

お掃除
お庭仕事
買い物代行
困りごと相談

TEL 04-7100-2839
http://kurashi-engawa.com/

講座の詳細

	健康麻雀入門講座	スマホを買いたい人のためのスマホ講座	スマホ使い方講座
日時	9/6~11/8 毎週水曜(10回) Aコース:10:00~12:00(定員に達しています) Bコース:13:30~15:30	9月5日(火) 10時~12時	9/19~10/3 毎週火曜(3回) 10時~12時
参加費	受講料無料、テキスト代700円	無料	受講料無料、テキスト代500円
定員	各コース25名	25名	25名
場所	SLF事務所(柏市柏 6-4-24 柏ビルディング 7階)		
申込方法	メール	info-slf@jcom.home.ne.jp	
	電話	04-7100-8023	
	ご連絡項目	講座名、氏名、ふりがな、住所、電話番号、SLF 会員か非会員かの区別(会員の方は会員 ID)	



新事務所の案内
セカンドライフファクトリー(SLF)は事務所を東葛テクノプラザから、左記の場所に移転いたしました。
〔新事務所〕
住所 柏市柏6-4-24 柏ビルディング7階
柏駅東口より徒歩8分、アミューゼ柏の並びです。
電話番号、FAX、メール、ホームページに変更はありません(下部青帯ご参照)

講演会ダイジェスト

「それでも車は手放せない」

シニアドライバーのための安全運転の秘訣

第45回SLF講演会が7月21日に開催されました。講師は、自動車事故対策機構の三好氏です。講演では人間の判断スピードや視覚の特性の実験を織り交ぜながら、シニアが運転する際に、気を付けるべきポイントなどを語っていただきました。



高齢者の事故は多い?

昨年、高齢ドライバーによる交通事故の報道が多くみられる。この20年で65歳以上の運転者は4倍になっているため、事故が多いのは当然ともいえる。

年齢による身体能力

加齢に伴う身体の変化は視覚機能、筋力や判断力に見られる。視覚機能の衰えには、白内障や緑内障によるものや動体視力の低下がある。一方で驚くべきことに事故を回避する自身がある

と答えた人の数は、70代が40代の4倍以上あるという調査もある。

認知から操作までには時間

認知↓判断↓操作には時間がかかることを認識することが重要で、時間をかけずにチラッと見ただけでは十分な情報が得られない。一呼吸置くという間を大切にしないではいけない。

思い込みによる危険

年齢を重ねると運転経験が蓄積され技能が向上するが、反面、過去の成功体験(事故は起きなかった)から思い込みが生じ、やがて再確認をしないことが習慣化することが事故の要因となる。急いでいるとき、慣れた道やほっとしたとき、疲労・飽きが高まったときなどに、「だるう運転」が発生しやすい。

転ばぬ先の防衛運転

常に万全の構えを持って運転することが、事故を起こさない、巻き込まれないための大切な策である。自分の行動に問題はなかったかと毎日の運転を振り返ることが「防衛運転」の秘訣である。