

【コンディショニング】

日本中を歓喜の渦に巻き込んだ2022年カタールW杯！

今大会、大活躍した選手たちも取り組んだことのある

『KOBA式体幹バランストレーニング（KOBAトレ）』の
体験会を実施します！

是非この機会にトップアスリートが実践しているトレーニングを体験してみてください！

他にも健康増進、介護予防、シェイプアップメニューなど多数揃えています！



【紙芝居】

「旅」で見つけたものを「歌」「紙芝居」にしたい。
そしてまた「旅」をしたい！

どうも！マイペースで活動しているYuuTaです。

主にオリジナルを歌っています。
当日は皆さんの耳に届くようにゆっくり、ハキハキ歌いたいです。

よろしくお願いします。



【さいたま市苺の会】

●☒いたま市苺の会はひとり親家庭の母子・父子および寡婦の方々の交流と親睦を図る活動をしています。全体事業:総会(5月)日帰り旅行(8月)新年会(1月)と支部ごとの事業があります。今年度東支部では観劇会(5月)アジサイ祭(6月)防災教室(10月)クリスマス会(12月)よくばりマルシェ(2月)を実施しました。楽しいイベントが盛り沢山です。みなさん、一緒に活動しませんか！



【ふあいぶるクラブ白鶴】

NPO法人

総合型地域スポーツクラブ

ふあいぶるクラブ白鶴です

地域にある人材・施設・資源等を活用し地域住民が

主体的に運営するスポーツクラブです

多目種：好きな種目、複数種目を選択できる

多世代：子供から高齢者まで楽しめる

多志向：それぞれの目的やレベルに合わせて参加できる

「気楽に楽しめる」をモットーに

地域で充実したスポーツライフを送っていただける

そんなクラブを目指しています

今回は、ウォーミングアップで活用している

脳活性化メゾット「シナプソロジー」を体験して

たくさん笑って混乱して、心も身体もスッキリしませんか

シナプソロジーに込めた想い

質の高い豊かな人生を送れるように
シナプソロジーで心と身体を良い状態へ

シナプソロジー研究所 所長
株式会社ルナリス 取締役兼執行役員 ヘルスケア事業部長 高橋 美穂

「でも」を目的としている脳トレーニングは多いですが、それだけではない。シナプソロジーでは、遠く上手でできない人の方が良いです。脳が過度に鍛えられていると、新しい情報を覚えることが難しくなるからです。だから、笑顔を誘われ、互いにコミュニケーションが生まれるのです。シナプソロジーを通して、皆さまの人生がより良くなることを願っています。

シナプソロジーに関するよくある質問

Q1 他の脳トレやレクリエーションとは何が違うのですか？	Q2 どのような効果が期待できますか？	Q3 対応できる介護者は？
A1 笑顔で楽しく脳を活性化できるのが特徴です。非常識な質問や偏見や誤解のリスクへの配慮といった疑問もありません。	A2 注意力や判断力といった認知機能向上や脳から脳につながる神経の低下を予防できます。	A3 介護者だけでなく、利用者の方や家族の方（ボランティア）でも対応できるようにしています。
Q4 期待せませんか？	Q5 難しくはないですか？	Q6 どのような事業所で活用されていますか？
A4 脳が鍛えられれば、日常生活でも楽になります。また、介護者の方でも、新たな発見があるように思っています。	A5 子どもの大人まで参加されています。また、高齢者の方でも、お楽しみながら取り組むことができます。	A6 介護者向けだけでなく、介護施設だけでなく、地域活動や健康教室などで活用されています。

導入を
ご検討の
担当者様へ

シナプソロジー 導入までの7つの流れ

シナプソロジー事業所へお問い合わせいただき、導入希望のアンケートが完了したら、ご来所・事業所視察・研修するスタッフ数など、さまざまな状況を把握した上で、御社のご希望に沿った形で導入プランを作成させていただきます。詳細につきましては、お気軽にお問い合わせください。

1. お問い合わせ
2. アンケート
3. 事業所視察
4. 研修
5. 導入
6. フォローアップ
7. 評価

シナプソロジーについてのお問い合わせ・資料請求はコチラ

株式会社ルナリス（株）代表取締役 高橋 美穂
〒100-0001 東京都千代田区千代田1-1-1 丸の内ビルディング10F
TEL 03-5600-7812 受付時間：月～金 11:00～18:00
FAX 03-5600-9050 受付時間：24時間受付
WEB <http://synapsology.com>
E-mail synap@s-renaissance.co.jp 検索：☆

SYNAPSOLOGY RENAISSANCE

介護サービス事業者の皆様へ

誰もが笑顔で参加できる！コミュニケーションが増える！脳活性化メゾット
「シナプソロジー」のご案内

脳和大学名誉教授 神経科 藤本 可先生 推奨!!

楽しく「脳」を活性化させ、
認知機能低下を予防!!

これからの高齢化社会に求められるメゾットです
シナプソロジーは「認知機能をつかさどる脳」を活動に促し、脳を活性化させると同時に、楽しさや爽快感から活動に促した脳にも刺激を与え、脳を活性化させるメゾットです。精神面での期待効果も期待されています。

シナプソロジー 研究所 高橋 美穂 代表

上手にできない方が効果的！ 新たな脳への刺激により、楽しく脳を混乱させ 認知機能低下を予防するメゾット!!

介護サービス市場は、老人企業の増加に伴い、利用者獲得が激化しています。また、介護給付費の削減によって、利用者の負担や負担増加の傾向が懸念されています。このような中、介護事業者が生き残るためには、利用者負担を増やさない、新しいサービスを開発することが求められています。

シナプソロジーとは？

介護事業所や介護予防事業で多くの導入実績がある、全国でスポーツクラブを展開する（株）ルナリスが開発した脳活性化メゾットです。大学での研究機関や関係のプロジェクトで効果が実証されています。「2つのこと」を同時に行う「左右で遊ぶ動きをする」といった習得困難な動きを適度に混在させ、認知機能を予防します。笑顔やコミュニケーションが生まれるので、楽しく続けられるのが特徴です。

シナプソロジーの効果

脳活性化メゾット「シナプソロジー」の効果

注意機能の向上	認知機能の向上	感情の向上	脳活性の低下
※TMT-A 5分経過時 100%	※TMT-A 5分経過時 100%	※TMT-A 5分経過時 100%	※TMT-A 5分経過時 100%

シナプソロジーのエクササイズをご紹介します

計算じゃんけん

スカーフまわし

1 スカーフを軽く握って投げます。

2 スカーフを軽く握って投げます。

3 スカーフを軽く握って投げます。

4 スカーフを軽く握って投げます。

5 スカーフを軽く握って投げます。

6 スカーフを軽く握って投げます。

事業所を明るく活性化!! 介護事業所での導入事例をご紹介します

シナプソロジー導入・活用事例

導入事業所 中心全体の雰囲気が明るくなります!

施設内にシナプソロジーを行うことで、センター全体の雰囲気が明るくなります。普段、高齢者の皆さんも自然と笑顔が溢れます。事業所から、センターまで笑顔が広がること、嬉しいお声も聞かれています。以前より高齢者も向上しました。導入を始めて半年で笑顔が溢れるようになりました。

導入事業所 楽しさ+脳活性化が事業所のウリ!

アムネスティの視察に促された施設に、シナプソロジーを一緒に取り入れることで、楽しさや脳の活性化を両立して、高齢者の皆さんも自然と笑顔が溢れるようになりました。ケアで支える笑顔が生まれ、ご利用者様とのコミュニケーションがよりよくなりました。

導入事業所 触れあいで、会話が生まれ、表情が豊かに!

シナプソロジーにより、自然と出る笑顔のもと、大団円が訪れる瞬間があります。高齢者は笑うことも大切なことで、笑顔が溢れることで、施設内も笑顔が溢れます。ご利用者様からは、「昔がすぐに馴染む言葉が聞ける」「楽しくてあんなに時間を経たないのがいい」といったお声も聞かれています。

【はじめてのマインドフル瞑想】

今ここに、一切の判断をせず意識をする"

マインドフルネスを日常に取り入る事でストレスに振り回される時間を減らし

幸せだと想える時間を増やすことができます♪

☐♀座学&実践

40分 ¥3,000

❖マインドフルネスや瞑想が初心者の方

❖身体の調子が悪い、睡眠の質が悪い

❖育児、仕事、学校生活で悩みがある方

❖日常でストレスを感じている方

❖瞑想に苦手意識がある方

どんな方もお気軽にご参加ください☐



【コンディショニング】

ヒーリングと、波動ヒーリングアクセサリ販売になります。

ヒーリングの出店内容は、

- ・子どもがワクワク楽しめるヒーリング 1000円
 - ・即効！美容リフトアップ／バストアップ／ヒップアップ 各1000円 3つ2000円
 - ・体スッキリ、バランスマッサージ 1000円
- 波動ヒーリングアクセサリ販売 3000円 e t c

フェイシャルリフトアップ

メイクをしたままでもOK！
すぐに効果を体感したい方に、おすすめのヒーリングセラピーです。

エステシャンもビックリ！顔をスッキリ見せる3つのポイント

1

なりたい自分の
ゴール設定



2

陰陽・三軸
バランス調整



3

リフトアップ
オンサ



リフトアップオンサで内側から輝く美しさを求めるあなたに

お顔のたるみ、気になっていませんか？

お顔は、身体の中で最も脳に近く、私たちの感情をストレートに、現してくれる場所でもあります。

人は、うれしい時に「笑顔」になり、悲しい時には「悲しい顔」になり、イライラしている時には「しかめ面」になっていますよね。

私たちの顔には、表情筋といって、皮膚のすぐ下に細かくて複雑な筋肉があります。

その筋肉や皮膚は、首・肩・頭皮・背中などと、深く関係しており、更に体の経絡（氣の流れ）と、密接に結びついているとされています。

お顔の印象は、感情と大きく影響し合い、ポジティブなエネルギーからは、自然に明るい輝きのある「笑顔」をつくり出します。

このリフトアップオンサでは、表層の皮膚の変化、そして深部の細胞レベルまで活性化していき、新陳代謝を促して若々しいお肌へと、ハワフルに導くヒーリングセラピーです。

気持ちをオープンにして「私はワクワクしながら、スッキリ引き締まったフェイスラインになっています」と素直に受け入れると、より心と体に浸透し、さらに高い効果が期待できます。

リフトアップオンサで心身ともにスッキリさせたい方は、ぜひ一度お試しください♪

※効果には個人差があります