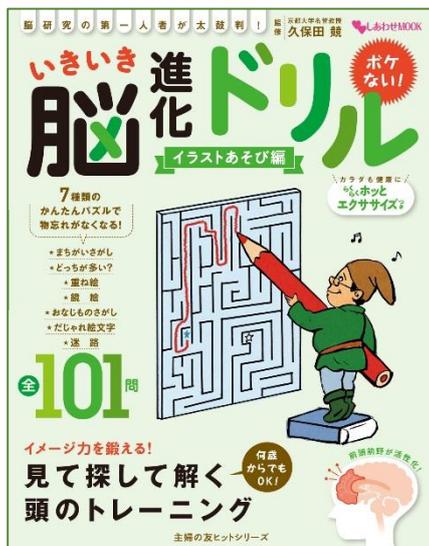


Press Release 脳はいくつになっても鍛えられる!

主婦の友インフォス情報社 情報社

報道関係者各位

2014年9月25日



イラストあそび・言葉あそび・数あそび ドリルを解いてポケない脳を作る 久保田競先生・監修 『いきいき脳進化ドリル』シリーズ 10月4日いっきょに3冊同時発売!!

加齢が気になりだしたら、積極的に脳に刺激を与え続けるのが若さを保つ秘訣。脳は何才になっても鍛え続けられます。脳を活性化するために、特に意図して鍛えなければいけない脳力は、脳の前頭前野が司っている『実行機能』。思考や行動をコントロールする役割をもち、文化的な生活を送るために欠かせない機能です。なかでも、一時的な記憶を蓄える「ワーキングメモリー」という脳機能が大事です。これらを鍛える手助けとなるのが、『脳進化ドリル』。あれこれ考えを巡らせて答えを導いていくドリルが脳の若返りに効果抜群! 前頭前野の働きが活発になって「ワーキングメモリー」が増すと、物忘れ防止と記憶力の向上、集中力アップが期待できます。[イラストあそび編][言葉あそび編][数あそび編]の3種類に分けているので、好きなジャンルが選べます。60代以降こそ、『脳進化ドリル』を使って、いきいきした脳を保ち続けましょう。

『いきいき脳進化ドリル イラストあそび編』 イメージ力を鍛える! 見て探して解く頭のトレーニング

『いきいき脳進化ドリル 言葉あそび編』 理解力が身につく! 言葉を思い出して書く頭のストレッチ

『いきいき脳進化ドリル 数あそび編』 ひらめき力を高める! 数字で楽しくあそんで頭をリフレッシュ

監修: 久保田 競 脳科学者・京都大学名誉教授。

定価各 950 円 (税別) 発行: 主婦の友インフォス情報社 発売: 主婦の友社

この件に関するお問い合わせは下記担当までお願いいたします。

株式会社主婦の友インフォス情報社 『健康』編集部 川内昭治 s.kawauchi@st-infos.co.jp

TEL03-3295-9575 FAX03-3294-8308