

TOSS 式脳トレとは？

TOSS 式脳トレとは、子どもが、お年寄りが楽しくできる できてうれしい もっとやる気になる脳科学に裏付けされた脳のトレーニングです。

TOSS 式脳トレは、単純な計算をしたり、やさしい問題をといたりするのではなく、「無理なく」「効果的に」しかも「楽しく」できる画期的なシステムです。

教師にできる社会貢献活動の一つとして地域で取り組んでいます。

++ 地域のみなさんと一緒に笑ったり、歌ったり、考えたりしながら、心から元気になることを目指す教室です。 ++

TOSS 式脳トレを支える 5 因子

TOSS 式脳トレは、5 つの因子を元に構成されています。

1. 言語活用力
2. 記憶再生力
3. 認知・注意力
4. 推理・判断力
5. 計画・行動力

記憶障害・見当識障害・失語・失行・失認などの認知症の中核症状を予防する 5 因子の脳トレが「TOSS 式脳トレ」です。