

● 講座名 E9 ワーキング・メモリを活性化する脳トレ・心理エクササイズ

● 講師 葉山 大地 [本学商学部准教授]

● 受講料 5,000 円 ※ 本学学生は学割料金で受講できます。

● 時間 12 : 50 ~ 14 : 20 ※ 3時限

● 持ち物 筆記用具、ノート

● 教材 必要に応じて資料を配布

講座概要 皆さんはワーキング・メモリという言葉を知っていますか。ワーキング・メモリは、本を読んだり、何かを覚えたりする時に働く「アクティブな記憶」を指し、この機能が低下することが認知症などの疾患と関連します。本講座では、脳の代表的な認知機能であるワーキング・メモリの役割や特徴について学びながら、実際に日常生活でもできる脳トレを紹介・体験します。

	回数	日にち	講義内容	教室
カリキュラム	1	12 / 5 木	ワーキング・メモリの構造と働きについて学びます	
	2	12 / 12 木	ワーキング・メモリの機能低下と疾患の関係について学びます	
	3	12 / 19 木	ワーキング・メモリを高める脳トレ・エクササイズを体験します	
	予備日	1 / 15 木	※休講になった日の内容は予定をずらして行います。	