



Let's!

脳トレ!

1. 年末と言えば、大掃除です。大掃除は何日までに終わると良いと言われているのでしょうか？

- ① 12月28日
- ② 12月29日
- ③ 12月31日

縁起のわるい日より前に済ませたい、  
年末のすず払い。

2. クリスマスのうた『赤鼻のトナカイ』。サンタさんのソリを引くトナカイは全部で9匹。その中で、赤いお鼻のトナカイの名前は？

- ① ルドルフ
- ② ダンサー
- ③ ブリッツェン

日本語の歌詞には名前は出てこないけど、  
英語版の歌詞には出てくるよ。

3. 昔の雪だるまは今と形がちがいました。江戸時代の雪だるまはどんな姿だったでしょう？

- ① 雪の塊を3段重ねにしていた
- ② 雪で本物の達磨を再現していた
- ③ 雪ではなく氷を削って作っていた

縁起物の形？



## 今月の 東灘さんぽ

### おしゃれの思い出をたどって

神戸ファッション美術館で、  
むかしの流行をながめると  
「こんな服着たなあ」と  
思い出がよみがえります。  
3階の図書室では、むかしの雑  
誌もゆっくり見られますよ。



## イベント情報

**いきいき教室** 毎週月曜日14:00～15:30 アネックスM3F ポラリスホール

音楽療法や脳トレ、工作で、楽しみながらもの忘れ予防！季節の歌やおやつの時間で笑顔あふれるひとときを。地域の皆さまのいきいきとした毎日を応援します。

**ダンス教室** 毎月第2金曜日 11:00～12:00 アネックスM3F ポラリスホール

毎月1回ダンス教室を開催しています。ダンスの経験が無い方やご高齢の方でも無理なく出来ます。MCIや認知症の方も大歓迎♪ダンスの現役講師と一緒に緩く楽しく音楽に触れながら、認知症予防&認知機能維持も目指してみませんか？

**おれんじたち** 毎月第4金曜日 10:30～11:00 アネックスM2F 保育園

キッズクラブころねん(保育園)の子供たちとふれあいながら、楽しく社会貢献することが出来ます。外出の機会にもなり一石二鳥！是非ご参加下さい。

\*各イベントの詳細は、イベントのポスターをご覧頂くか認知症疾患医療センターまでお問合せ下さい。

### 編集後記

今年は変化の多い一年でした。  
メリークリスマス！たくさんの幸せがあなたに届きますように。

脳トレの答え 1は①12月28日、2は①ルドルフ、3は②雪で本物の達磨を再現していた

宮地病院 認知症疾患医療センター 〒658-0016 神戸市東灘区本山中町4-1-8

☎ 078-411-8688 (直通) 📠 078-411-8666

✉ miyaji-ninchi@meirinkai.or.jp