



## 手品を学んで、楽しんで。 脳を活性化 笑顔を配布する 荒川マジッククラブ

「五十種類程の手品ができます」

荒川マジッククラブは、発足して十二年、健康マジックとして楽しく練習し、ボランティアとして、区内のふれあい館、老人福祉センターなどで手品を披露して楽しんで頂いております。

### 「手品は脳のトレーニングに最適」

手品を習得することは、脳の様々な機能を同時に幅広く使うことになりま

す。「手は第二の脳である」といわれています。それは、大脳の中で指や手に関わる部分が広い領域を占めているからです。つまり、手は脳の発達や活性化に非常に大きな役割を担っているのです。

手指の動きは、おでこの部分にある前頭葉の運動野の働きを活性化します。

ここは「意欲・やる気」の脳です。また、繰り返し練習することで手順を体で覚えることは手続き記憶といって小脳などの働きです。また、手品をしな

らから、場面に応じた話をする事で思

### 「笑顔が広がる」 見ている方は、

手品によって好奇心を掻き立て

らられて夢中になります。興味を持つことは心に刺激を与え、脳の活性化にもなります。楽しむことは、笑顔を生み出し、ストレスの軽減にもなります。

### 「人前で演じて楽しむ」

多くの人に見られる。人前に立って演じることは、緊張します。会長の上岡さんは、場数を踏んでいくことで緊張が薄らぎ慣れていきました。自分の手品の演技に喜んでくれることに、手ごたえを感じたい喜びがより上達する意欲をもたらしてくれます。また、コミュニケーション力も付き、自分の成長を感じてようになります。

### 「失敗しても大丈夫」

忘れたらまた覚えればいいのです」

荒川マジッククラブの手品は、新聞紙、コップ、トランプ、ひもなど身近な材料を使用しています。会員は練習日に披露し合って、忘れてもまた勉強して思い出



レンジして行く姿は、お互いに刺激になります。できる手品が増えて行くと自分に自信が持てるようになります。

### 「出会った人にお接待ができる。」

私は、上岡さんがポケットから出したトランプに気持ちが高鳴り、笑みがこぼれました。楽しい気持ちをプレゼントするマジックは、人と人を近づけます。

いつでもどこでも披露できるマジックは脳の活性化だけでなく、優しい人間関係を生み出します。ちよつと挑戦、一つ覚えてみませんか。



### ☆荒川マジッククラブ会員募集☆

【練習日】 毎月第1、第3土曜日 9:30~11:30

【場所】 峡田ふれあい館

【会費】 月500円 (その他多少の材料費)

【問合せ】 上岡さん 携帯090 - 4520 - 2998

※電話でお問合せの上、見学もできます。