



最近はじめた(もしくは、以前からおこなっている)工夫していることを教えてください

確かな専門家の解説、専門家の書籍から学ぶ。
TikTokで学んでいます。
お習字など。
お金の勉強をしている。
手話でコミュニケーションを広げたい。
中学生レベルの英語教室をスマホで見えています。
老人ですので物忘れを防ぐために「クロスワード」「数独」雑誌新聞の中から解いています（できれば満足感を味わっています）。
新聞を読む。
習字教室に通っている（ボケ防止のために）。
時間に余裕ができたので図書館で本を借りて読んでいる。
今までやってきたことを維持したい（英語、川柳、読書）。
ピアノ、英会話、絵画
まなびはONCC（大阪府北部コミュニティカレッジ）手の通信生講座は四年目。今年は月一回の源氏物語の公開講座も申し込みよどがわ生協のコープ委員会のお手伝い。講座企画活動の幅が広がった。今月から地域の老人会の同好会活動で麻雀を始め頭と体指を使い認知予防にも良いとか・・・楽しい。
講座などで情報を得る。
主に英語のやり直し。ラジオ講座を活用。
新聞をしっかり読み興味を持った生活。
以前からラジオの語学学習で英語を学んでいる。
最近中国語も始めて楽しんでいる。無料で何度でも聞けるのでボケ防止にも役立ってます。
社会情勢を知る。
インターネットでは積極的に見る。
読書大好き、楽しみ。
ブックオフの宅配買取サービスを利用して本を整理。
認知症予防にパズル。声を出して新聞を読む。