

報道関係者各位

2014年2月19日  
株式会社ルネサンス

話題の「シナプソロジー®」書籍第四弾  
『脳を鍛えるには、楽しく「混乱」させなさい  
10分でできる！脳活性化プログラム「シナプソロジー」』発売！

株式会社ルネサンス(代表取締役社長執行役員:吉田 正昭、本社:東京都墨田区)は、当社が開発した身体を動かしながら脳を活性化させるプログラム「シナプソロジー」の書籍第四弾が、株式会社カンゼンより2月26日に発売されますことをご知らせいたします。書籍を通じてより多くの方々にシナプソロジーを体験していただくことで、脳と身体の健康を広めてまいります。

## 記

## 1. 書籍概要

「五感への刺激や、認知機能に対する刺激を脳に与え、それに対応して動くことで、注意機能や判断力といった認知機能を高める」という「シナプソロジー」の考えをもとにし、一人ですぐにできるもの、1対1で行うもの、グループで行うものなど、シチュエーション別に行えるエクササイズを計 31 種類収録。シナプソロジーの効果や脳の仕組みについても詳しく解説されており、シナプソロジーを深く知りたい方にもおすすめの一冊となっています。



書名	: 脳を鍛えるには、楽しく「混乱」させなさい 10分でできる！脳活性化プログラム「シナプソロジー」
著者	: シナプソロジー普及会
監修	: 藤本司(昭和大学名誉教授)
出版社	: 株式会社カンゼン
価格	: 本体 1,500 円+税
発売日	: 2014年2月26日
判型	: A5 判
ISBN	: 978-4-86255-206-8

## 【著者紹介】

シナプソロジー普及会:

2011年11月に株式会社ルネサンス内に発足した「シナプソロジー」の普及を目的とした団体。

全国でスポーツクラブを展開する株式会社ルネサンスのソフト開発部のメンバーを中心に、介護予防や自治体の受託事業に精通している人材とプロジェクトを組み、プログラムの開発を行っており、大学等の研究機関と効果検証を行っている。普及会では、さまざまな分野の個人および企業・団体の方々を対象に、各種養成コースを開講しており、シナプソロジーの普及・拡大を目指している。

## 2. シナプソロジーとは

「シナプソロジー」は、じゃんけん、ボール回しといった基本的な動作に対して、感覚器(五感)を通じて入る刺激や、認知機能に対する刺激を変化させ続け(スパイスアップ)、その刺激に対して反応する事で、脳を活性化させていくプログラムです。出来ること(習得)を目的とせず、出来ないことに対応する状態を作り出すことで脳機能の向上を図ります。

このプログラムの特徴は、場所を選ばずに狭いスペースでも実施可能なおうえ、10分から20分程度の短い時間も成果が期待できることです。参加者の年齢、性別、体力レベルなどに応じてレベル設定が可能ですので、どなたでも簡単に取り組むことができます。

現在は、フィットネスクラブや介護施設への導入を中心に展開していますが、今後は子ども向けスクール事業、企業・団体での生産性向上、医療分野でのリハビリテーション、アスリートのパフォーマンス向上等での活用も検討されており、更なる広がりが期待されています。

URL: <http://www.s-re.jp/renaissance/synapsology/>

※シナプソロジー、シナプソロジーロゴ、SYNAPSODOLOGY は、株式会社ルネサンスの商標または登録商標です。



出版を記念して、本をプレゼントさせていただきます。インフォメーションやプレゼントパブリシティなどでも取り上げていただければ幸いです。是非、お気軽にお申し付けください。

以上

本リリースについてのお問合せ先  
株式会社ルネサンス 経営企画部 広報担当:村角(むらづみ)  
TEL:03-5600-5457 FAX:03-5600-8898  
URL:<http://www.s-re.jp>  
〒130-0026 東京都墨田区両国 2-10-14 両国シティコア 3F