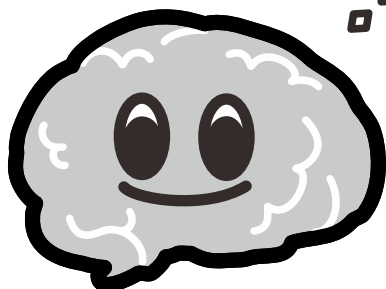


脳を鍛える

トレーニング

すぐに
できる

わかり
やすい



宣言

明るい
笑顔

すぐ
返事

伝える
元気

かちどき薬品
げんき君 ホームページ
健康に関する情報がいっぱい
<http://www.genki1616.co.jp>

かちどき薬品グループ



かちどき薬局のブログ
ameblo.jp/kachidoki-blog



Seedling 2020 8月号

Copyright © 2020 かちどき薬品株式会社 <http://kachidokikk.co.jp/>
健康情報サイト げんき君 <http://genki1616.co.jp>

脳の健康習慣を 続けていますか…？

健康寿命を延ばすには、体と心の健康バランスが大切です。
体と心の健康維持に不可欠な脳の機能の低下を防ぐために、
日頃から脳を使って鍛えておきましょう。

脳の機能低下を防ぐ
5つのポイント

- ①脳を使って鍛える
- ②体を動かす
- ③食生活に気を配る
- ④生活習慣病を治療する
- ⑤人との関わりを持つ

下の問題から
解いてみよう

ここから
脳トレ
スタート!

言葉さがし

タテ・ヨコ・ナナメの列から
野菜などの名前をさがして□で囲みましょう

ア	テ	キュ	ウ	リ	ゴ	チ	バイ		
オ	ナ	セ	ツ	ト	パ	シ	エ	テ	
ク	バ	ス	マ	プ	ロ	ヤ	シ	ダ	レ
ラ	タ	イ	リ	エ	ノ	ソ	ト	マ	ト
サ	ゴ	カ	ボ	チャ	ク	ウ	メ	ミ	

12個
あります

正解は5ページ

文字の並べ替え

文字を並び替えて言葉を作りましょう



回答欄

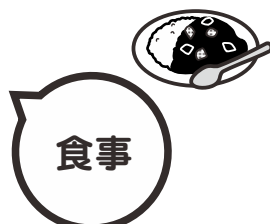
しむがねめ
サビダーンルチ
かくすいいよ
いびなたかいは



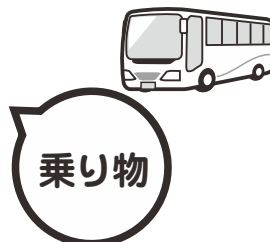
コツエグバ
イトポードカン
いうんしょがて
スシュキヤレッツ



んちゃはー
ういくとあて
りひらわちんが
らすかーいれ



てじしゃん
うえーぷいろ
んんせしかん
すばこくそう



正解は5ページ

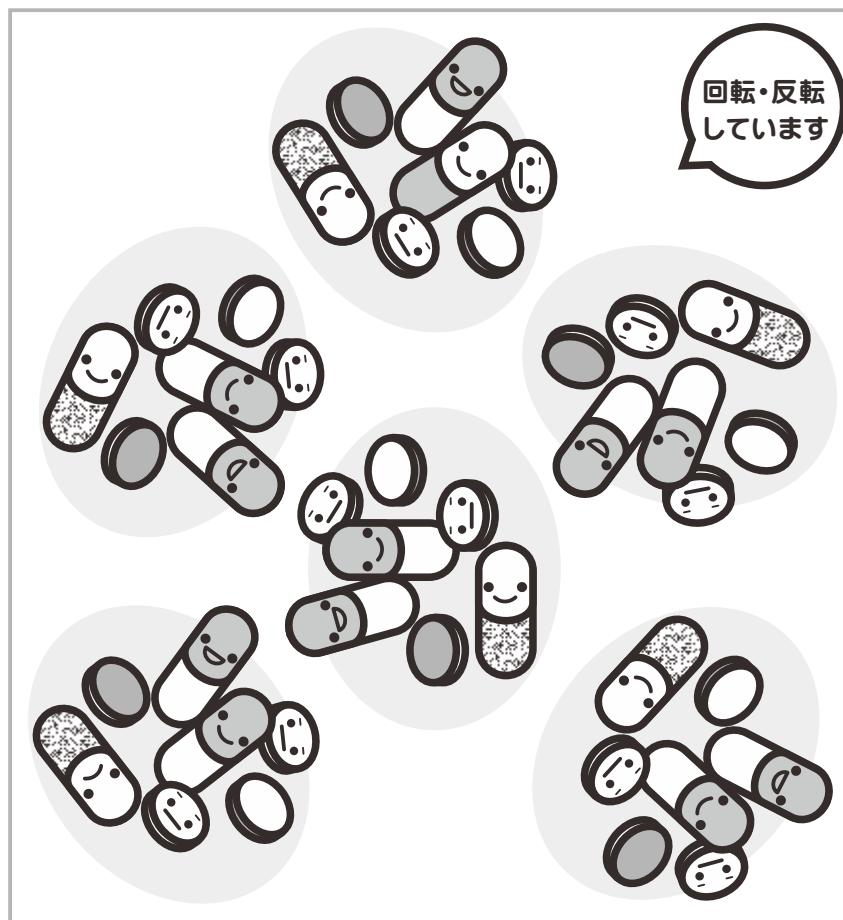
同じ絵さがし



左の絵と同じものを
下の中からさがして
○を付けましょう



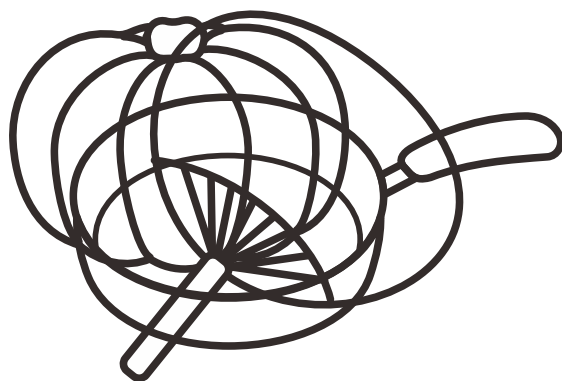
正解は5ページ



何が見える？



重なっている絵は何でしょう？



回答欄



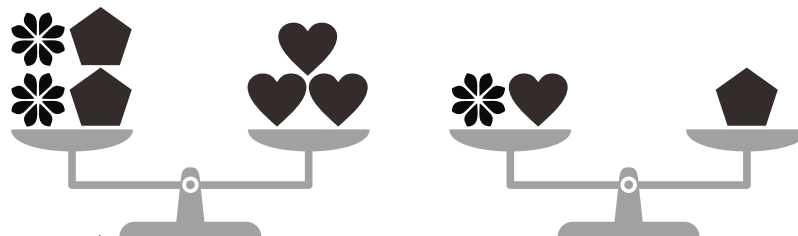
回答欄

正解は5ページ

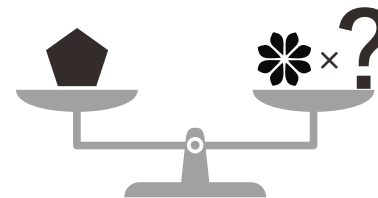
てんびんクイズ



?の部分は * が何個になるでしょう？



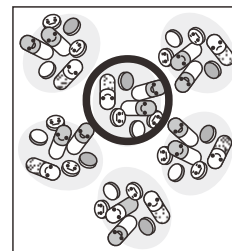
同じ重さの
ものを
置き換えて
みよう



いくつ
乗せると
釣り合い
ますか？

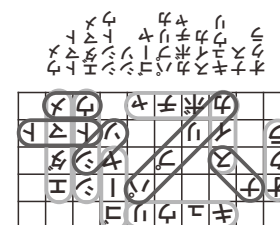
回答欄 個

正解は7ページ



4ページ
の答え

5ページ
の答え



1ページ
の答え

おいからですか？



カップアイス・棒アイス・ソフトクリームの1個の値段をそれぞれ答えましょう

A

合計 **460** 円

B

合計 **580** 円

C

合計 **450** 円

(A+C)-Bの式にアイスを当てはめて考えてみよう

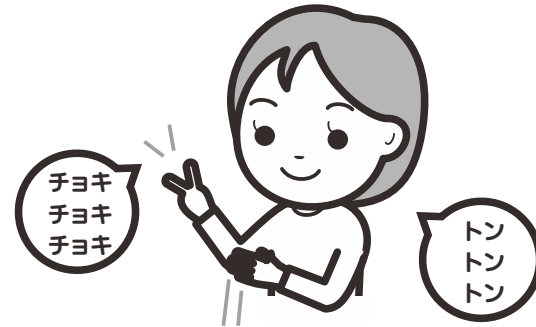
回答欄 円

正解は7ページ

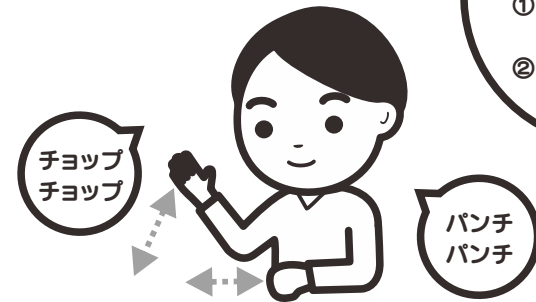
体を動かす脳トレ



片手はハサミ、片手は包丁、のつもりで同時に動かしてみましょう

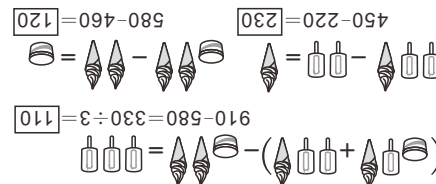


片手はパンチ、片手はチョップ、同時に動かしてみましょう

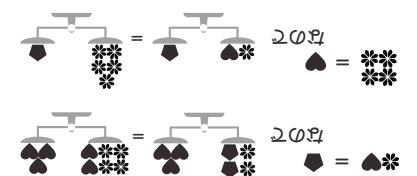


途中で右手と左手をチェンジしてみよう

- ①最初は5回でチェンジ!
- ②慣れてきたら2回でチェンジ!



6ページの答え 120 110 230 円



5ページの答え 5 個