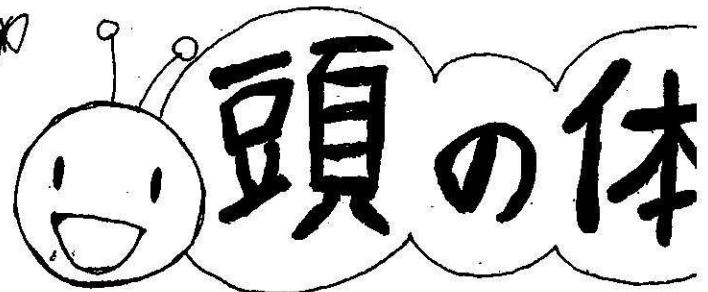




第28号
平成24年春
一般社団法人
富山県作業療法士会
地域リハビリテーション部

障がいをおもちで
地域で暮らす方々
施設利用者、
ご家族に向けて
リハビリテーションの
情報をわかりやすく
お伝えしていきます

脳も
いきいき!
✿✿✿✿



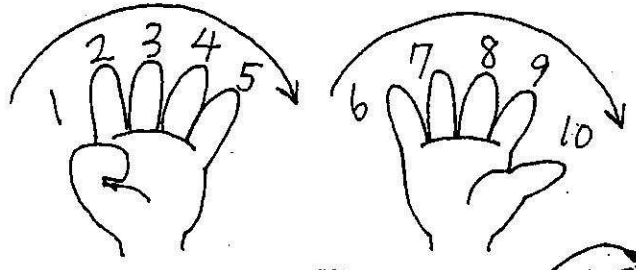
頭の体

★が"多いほど"難しい問題です。

難易度★ 指折り体操

両手同時に、親指から1本ずつし。かり
曲げる。小指まで"曲げたら1本ずつ
し。かり伸ばす。
波曲げ"。〇〇左手の親指から順番に曲げ
て、右手の小指まで"10本曲げ"ていく。
曲げたら今度は右手の小指から順に
伸ばす。

◎うまく出きたら
歌に合わせて
してみましょ♪



難易度★★ 後出しじゃんけん

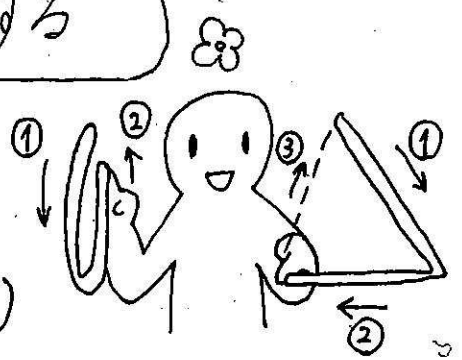
2人以上で" 出題者と回答者!

- 相手のじゃんけんを見て、あと出して
- 負けるものを出す。
- 相手の出した以外の2つを出す。



難易度★★★ 両手で"違う動きをする"

左手で"大きく三角を書く練習をし、次に
右手で"縦棒を書く。この2つを同時に行う。
(左手三拍子、右手二拍子、6拍で"もとの位置に戻ります)



操



♪ 楽しみながら認知症予防！ ♪
 みんなでおしゃべりをしながら
 楽しんで行うことが脳の活性化に
 つながります。ぜひお試しください ♪

難易度★早口言葉



『
 右手 ^{みぎて} 手招き ^{てまね} 猫 ^{ねこ}
 左手 ^{ひだりて} 手招き ^{てまね} 猫 ^{ねこ}
 両手 ^{りょうて} 手招き ^{てまね} 猫 ^{ねこ}』

難易度★マス目計算

+	3	11	8	7
5				
9				
14				
7				

→ 各行と
 コを
 足算
 する

難易度★★言葉あそび



・言葉をならびかえて単語をつくってみよう！

① てまたや

② しますすの

③ たかるほい

④ リゅぷっちー

・漢字の読み

① 南瓜 ② 胡瓜 ③ 糸瓜 ④ 木瓜 ⑤ 西瓜 ⑥ 冬瓜

難易度★★★漢字思い出し



・『日』に一画つけ加えてできる漢字を7個答えてみよう！

例(日) () () () () () () ()

答え

・言葉のならびかえ: ① たてやま ② ますのすし ③ ほたるいか ④ 4₂-リッポ
 ・漢字の読み: ① かぼちゃ ② きゅうり ③ へちま ④ ほけ
 ⑤ すいか ⑥ とろかん

漢字思い出し: 田、日、旦、白、甲、由、申