



脳トレは楽しみながら考えたり覚えたりすることで脳が刺激され認知症の予防となる

脳を鍛えて、活性化させましょう！！

NPO 法人 こころとからだの介護予防協会

【言語力の脳トレ問題】 () 内に漢字を入れ 逆からも読める熟語に！

- ① 謎を() () し () () な回答を得た
- ② 人里離れた() () を訪ねたが () () はいなかった
- ③ この輸入品には() () がかかると () () 職員に指摘された
- ④ () () から年代物のだるまの () () が出てきた

【手がかり刺激の脳トレ問題】 漢字の組み合わせで食べ物を作る (漢字は何回使っても良い)

巻・飯・菜・子・宝・井・親・牛・春・赤・八

【言葉の流暢性の脳トレ問題】 同音異義語になるよう () の仮名を入れましょう

- ① 捜査に() () () () を挟むな () () () () 調査
- ② 本を () () () () する () () () () 食品
- ③ 権利を () () () する () () () 混同だ

◆答えは裏

5月の講習会

※メタックス体育館はだのけやき広場 9時30分集合

10日(火)・19日(木)・~~24日(火)~~・25日(水)チャレンジデーセレモニー参加 & 定例講習会:8時50分集合



5月25日(水)2022・チャレンジデーセレモニー参加&定例講習会

集合時間:8時50分 集合場所:体育館前けやき広場

◆9時:セレモニー参加(雨天時体育館内) ◆9時30分:ノルディックウォーキング定例講習会 (雨天中止)

皆様には参加賞としてタオルが配布されます・・・ぜひ参加して運動しましょう！！

6月の講習会

※メタックス体育館はだのけやき広場 9時30分集合

2日(木):東田原ふるさと公園・9日(木)・14日(火):戸川公園あじさい・23日(木)・28日(火)



4月12日(火) *戸川公園・チューリップが満開

4月7日(木)古墳公園



(編集) 秦野ノルディック&ポールウォーキングクラブ

代表 村上政司 0463(79)-0558