

らくしゅう式  
学習型・脳機能訓練

重点脳力編 I

ゆうゆう

らくしゅう式 学習型・脳機能訓練

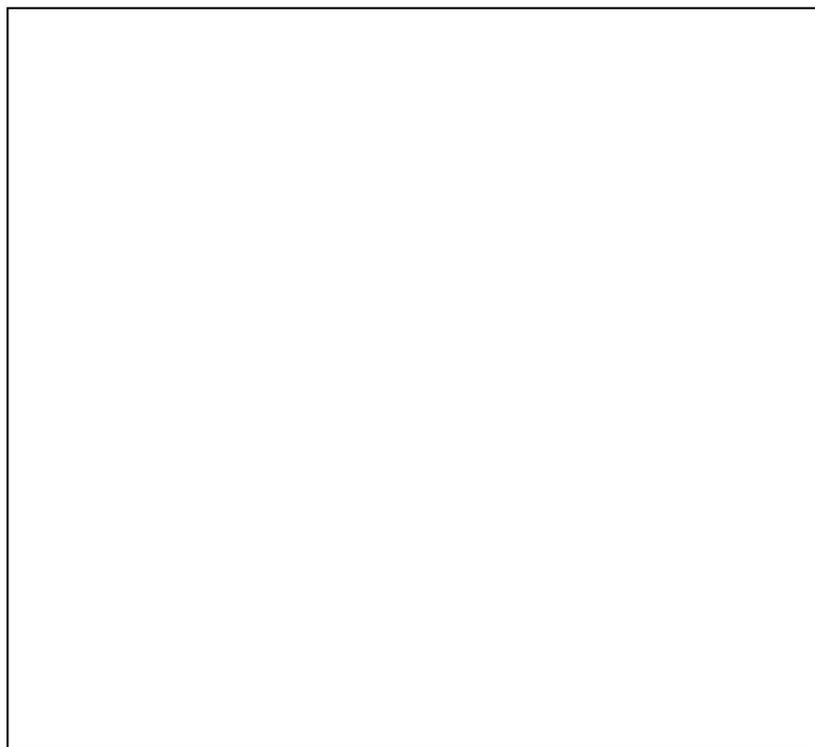
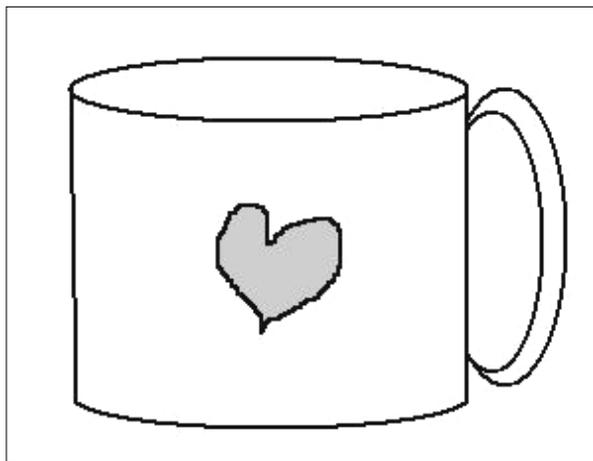
ゆうゆう 重点脳力編 I

ゆうゆうポイント・・・一つのトレーニングを二回以上くりかえしましょう。  
同じものでもくりかえし「できる」ことが確認できると自信が生まれ、ご受講者の継続意欲につながります。  
また、問題になれることも記憶力の鍛錬になります。



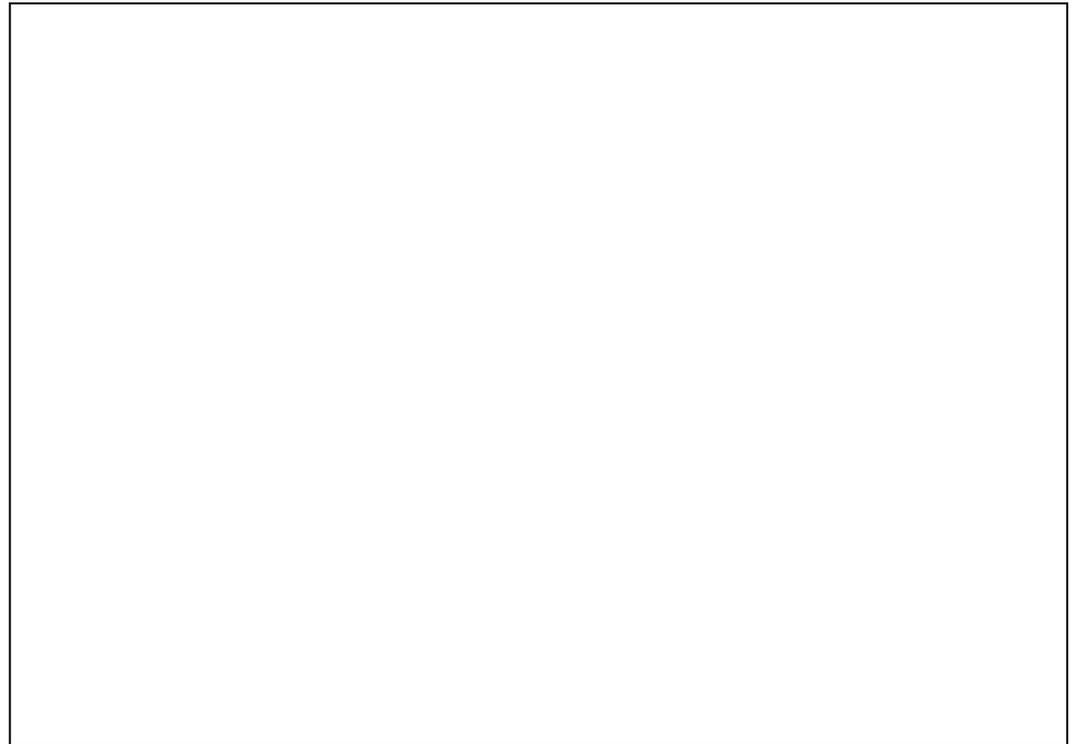
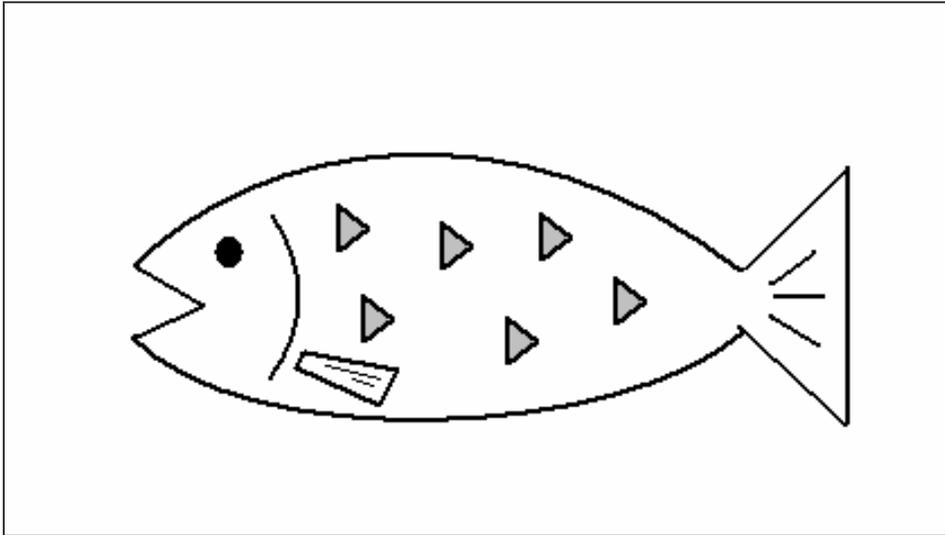
下のおてほんのとおりに 絵を かきましょう。

おてほん コーヒーカップ



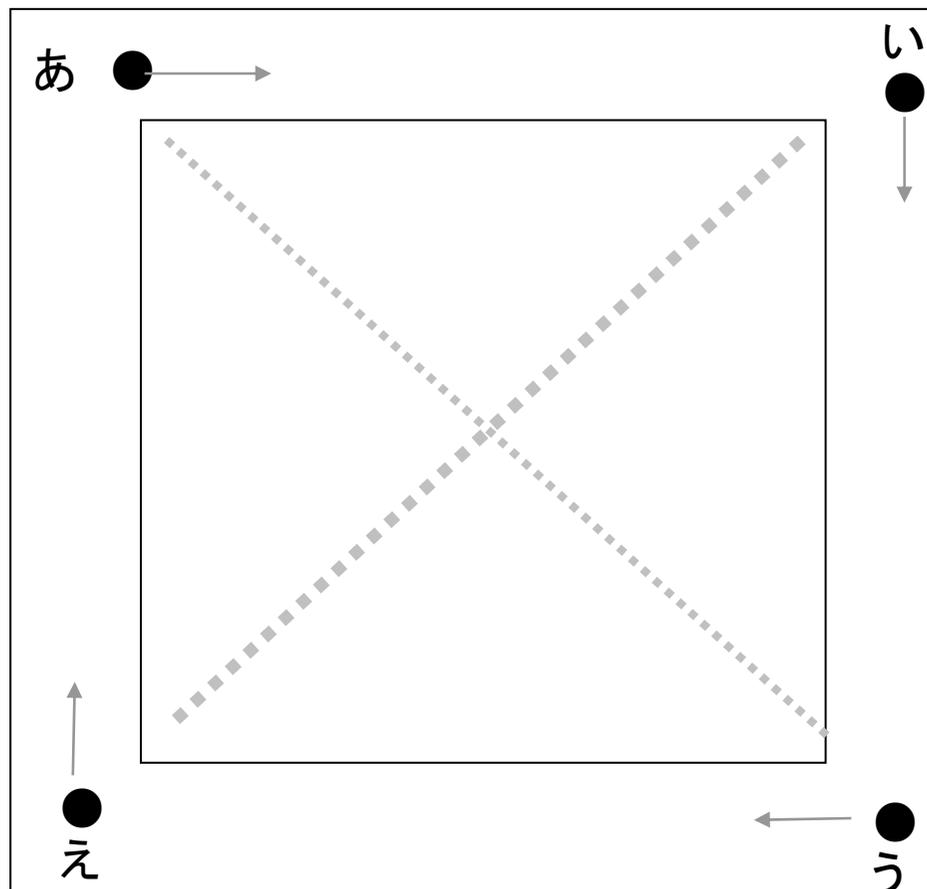
下のおてほんのとおりに 絵を かきましょう。

おてほん さかな



①「あ」に鉛筆をおいたら、「い」に向って目をとじて いっきに線をひきましょう。  
かべにぶつからないように、「あ→い→う→え→あ」へ線をひきます。

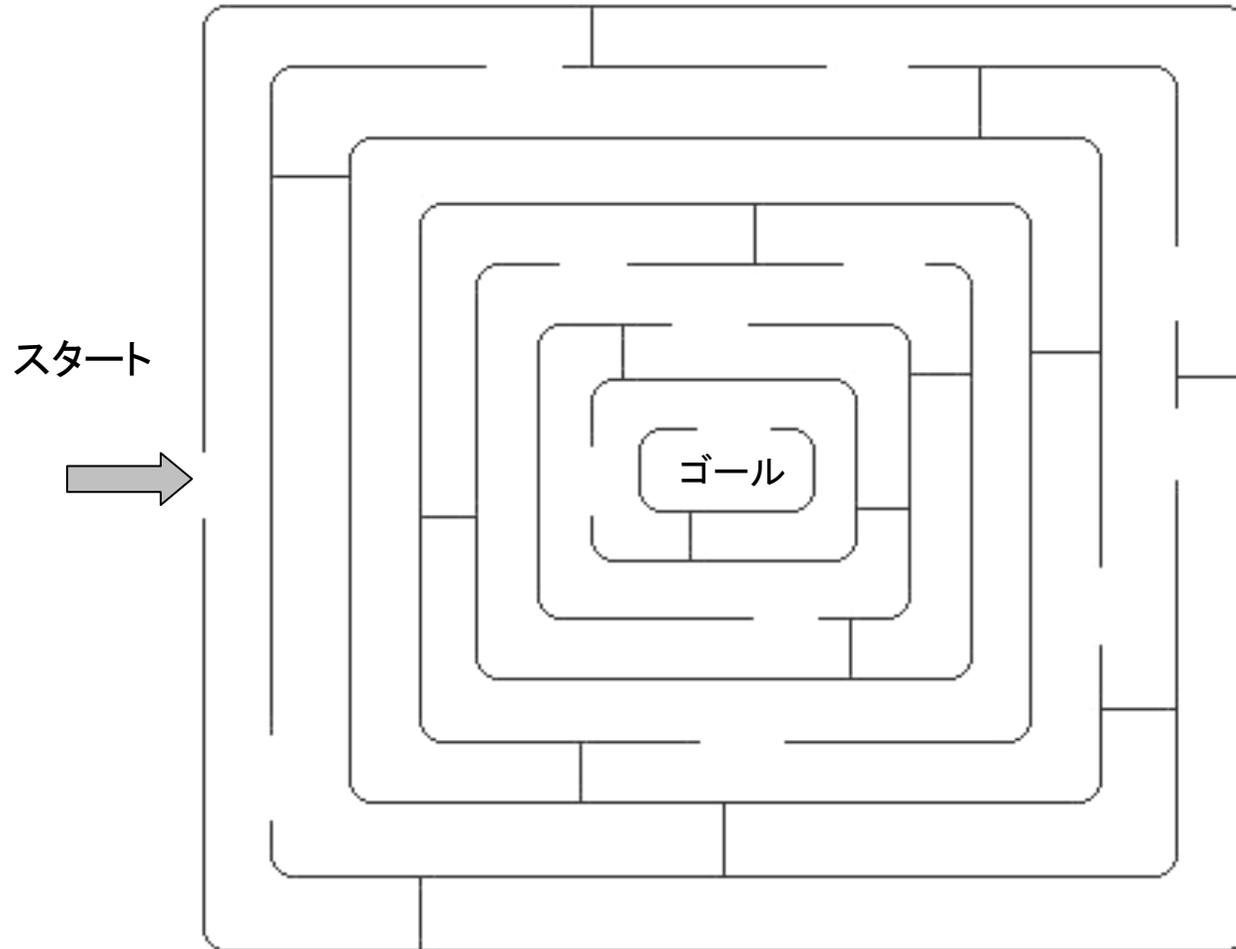
スタート →



②つぎに 真ん中の×を  
なぞりましょう。

③右手の次は左手でも  
おこないましょう。

ゴールにむかって みちを たどりましょう。



➡ から入って、めいろをすばやく通り抜けましょう。とちゅうでみつけた文字を、見つけた順に□にかきましょう。

みつけた文字

--	--

「を」「せ」の順

「めいろ」をさがして ○でかこみましょう。いそいでさがしましょう。

めいろ	あいろ	めいそ	ぬいろ	めいろ
めしろ	めいろ	めろい	ねいろ	めいる
あいろ	めろい	ぬいろ	めいろ	おいろ
ねいろ	めいる	めいろ	めにろ	にいろ
あいろ	めいろ	ぬいろ	みいろ	めいろ

ぜんぶ みつかったかな？

下の文を読んで 意味をとりながら、「あ」のもじに ○をつけましょう。

きょうは、いいてんきです。ふとんを  
ほして、シーツを あらいました。  
あおきさんが たずねてきて、  
せんじつの りょこうの はなしを  
きかせて くれました。



問1：だれが あそびに きましたか？

問2：なんの はなしを ききましたか？

○②①  
のりあ  
数よお  
はこき  
2うさ  
ん

下の文を読んで 意味をとりながら、「か」のもじに ○をつけましょう。

かいもののの かえりに つかれたので  
 あんみつやに よりました。  
 おちやと あんみつが おいしかったです。  
 つかれが とれたので、  
 うちまで 20ふん あるきました。

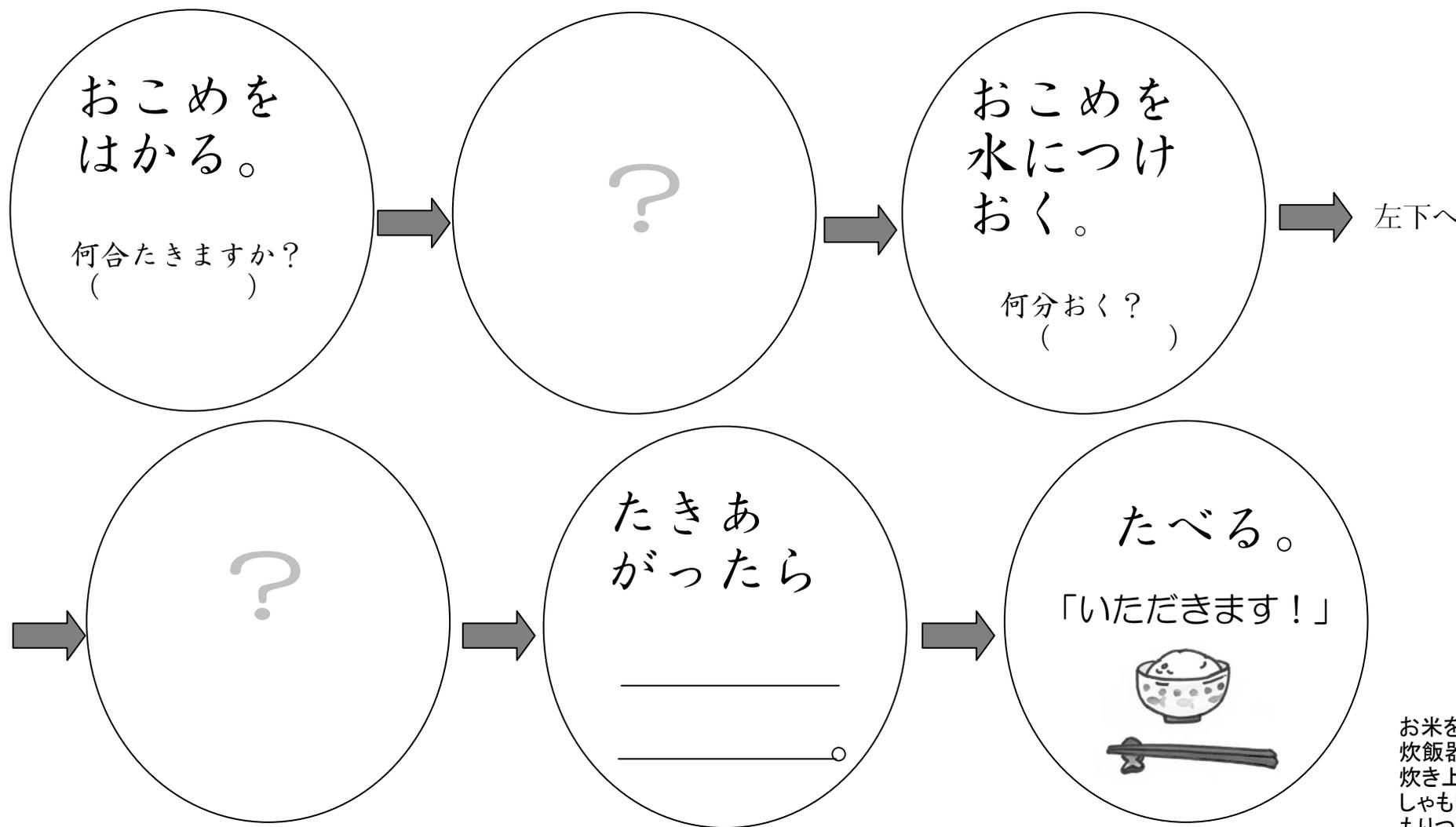
問1：なにを たべましたか？

なんぶんある

問2：うちまで何分歩いたのですか？

か②①  
 な2お  
 の0ち  
 の分や  
 はと  
 はあん  
 5みつ

◇おこめを たいてたべる、までの手順(てじゅん)を考えましょう。



お米をとぐ、洗う  
炊飯器で炊く  
炊き上がったら  
しゃもじでまぜる  
もりつける など

下の文をよみ、「わたし」の なまえを [ ] に書きましょう。

	すずき	1	2			さとう
						あおき
		はやし	たなか			

わたしは . . .

- ① 「たなか」さんの 左に います。 [ ]
- ② 「さとう」さんの ま下に います。 [ ]
- ③ 「すずき」さんから 右へ5つ いったところにいます。 [ ]

「さ」を読まないと、正しい文章になります。声にだしてよみましょう。

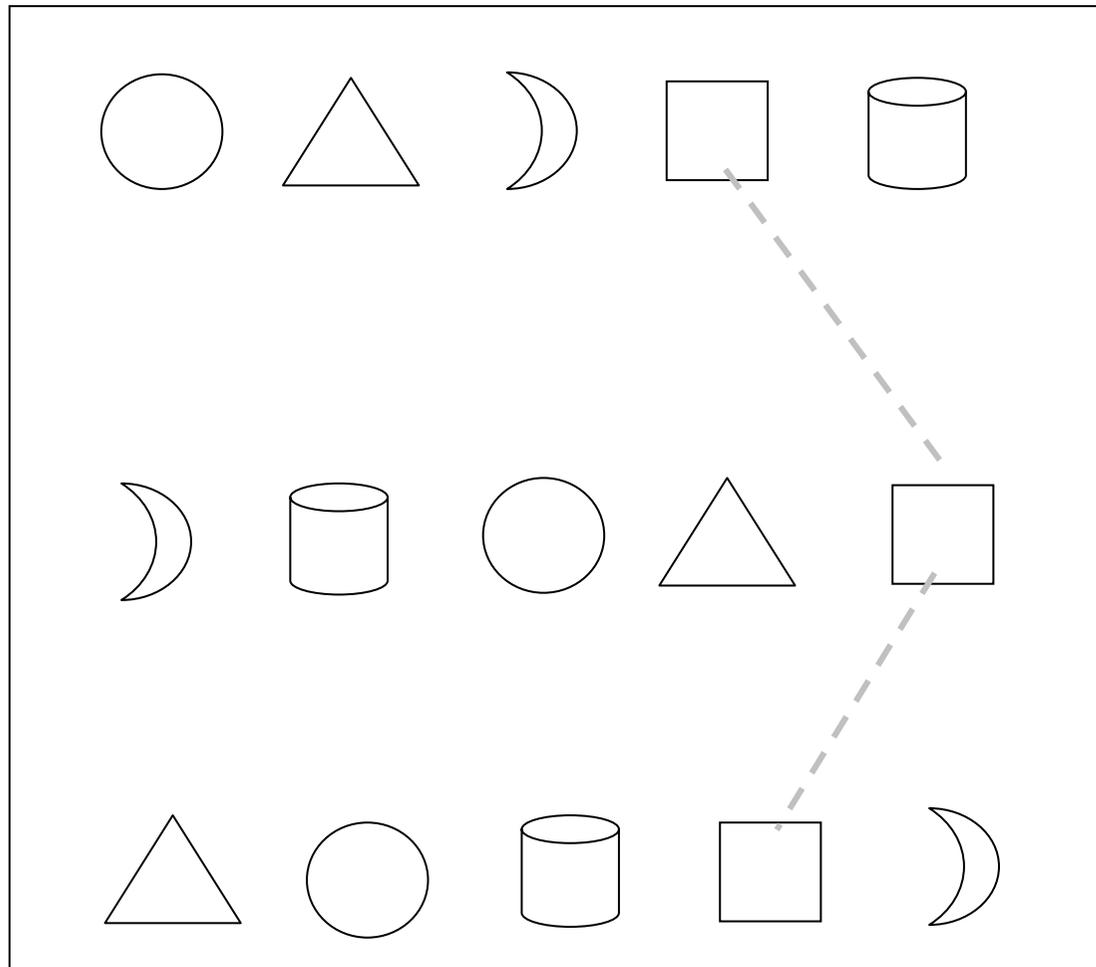
さ

よまない文字

おさはよさう、さおはさよ  
さう、さきょうさもしご  
さとだ。がんさばさろさう。

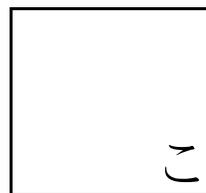
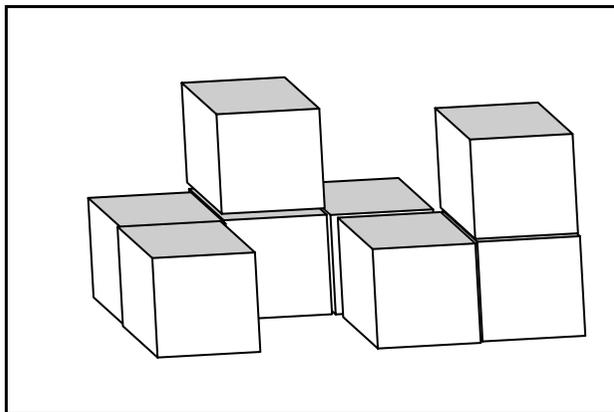
☆でてきた文章を、くり返しよみましょう。

上と下で 形が同じものを すばやくえらび、線で結びましょう。



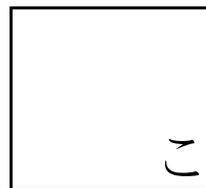
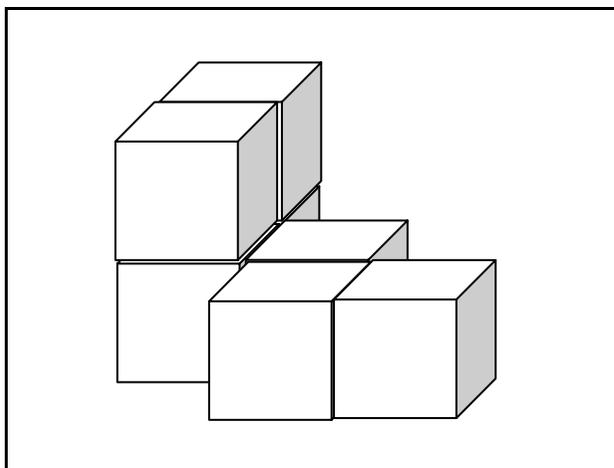
つみきを かぞえて、かずを □にかきましょう。

①



8こ

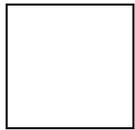
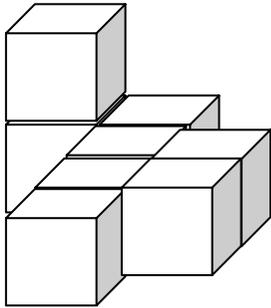
②



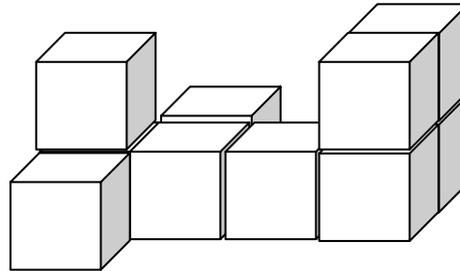
7こ

つみきを かぞえて、かずを □にかきましょう。

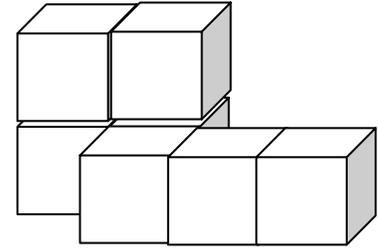
①



②



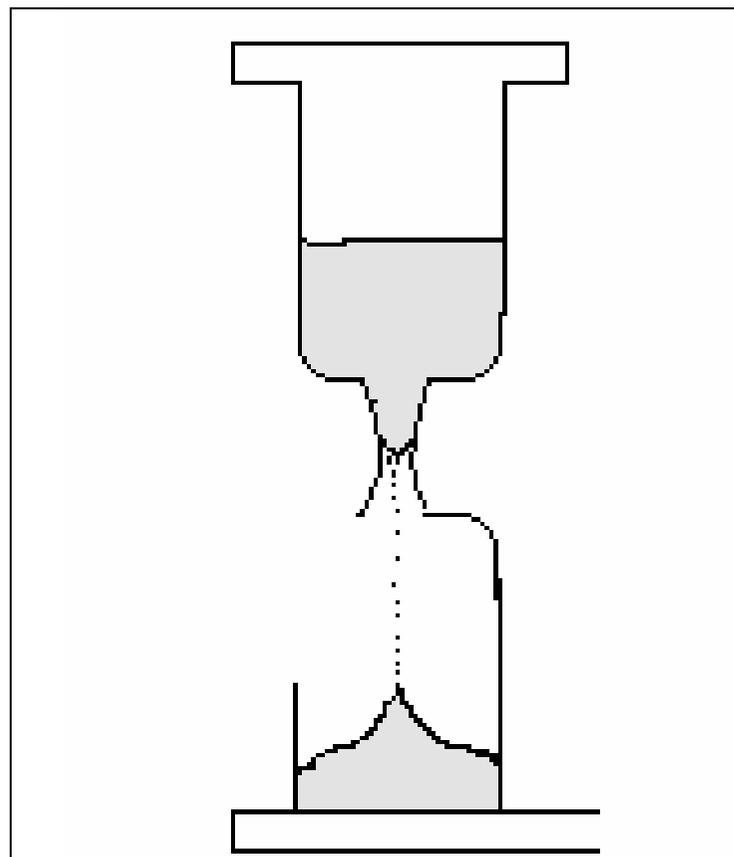
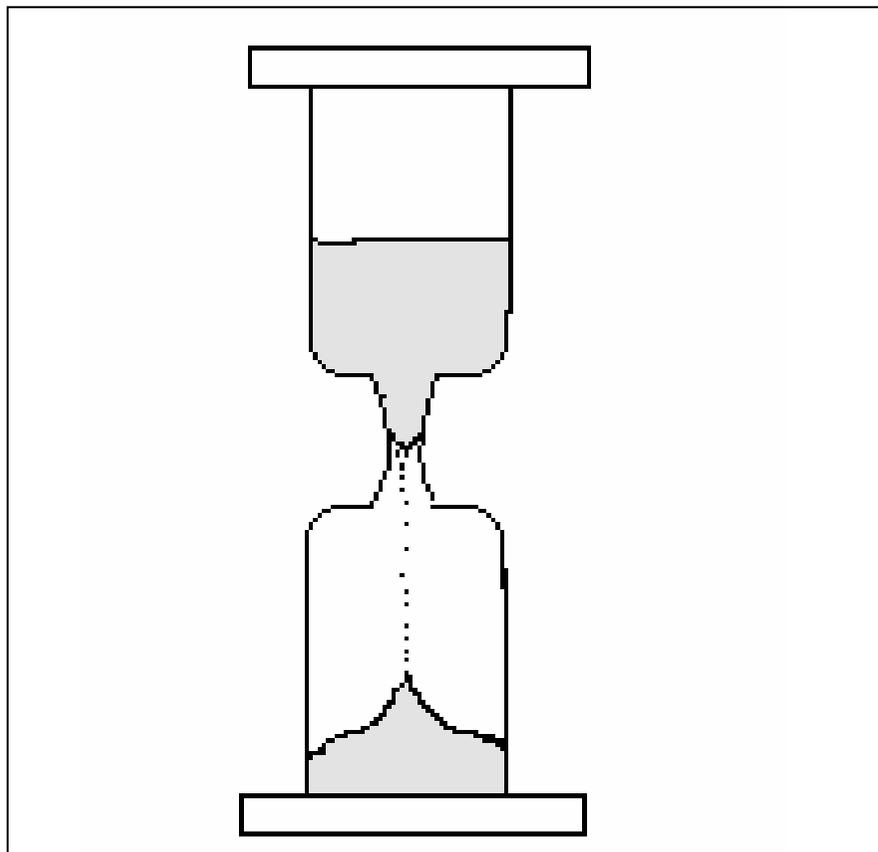
③



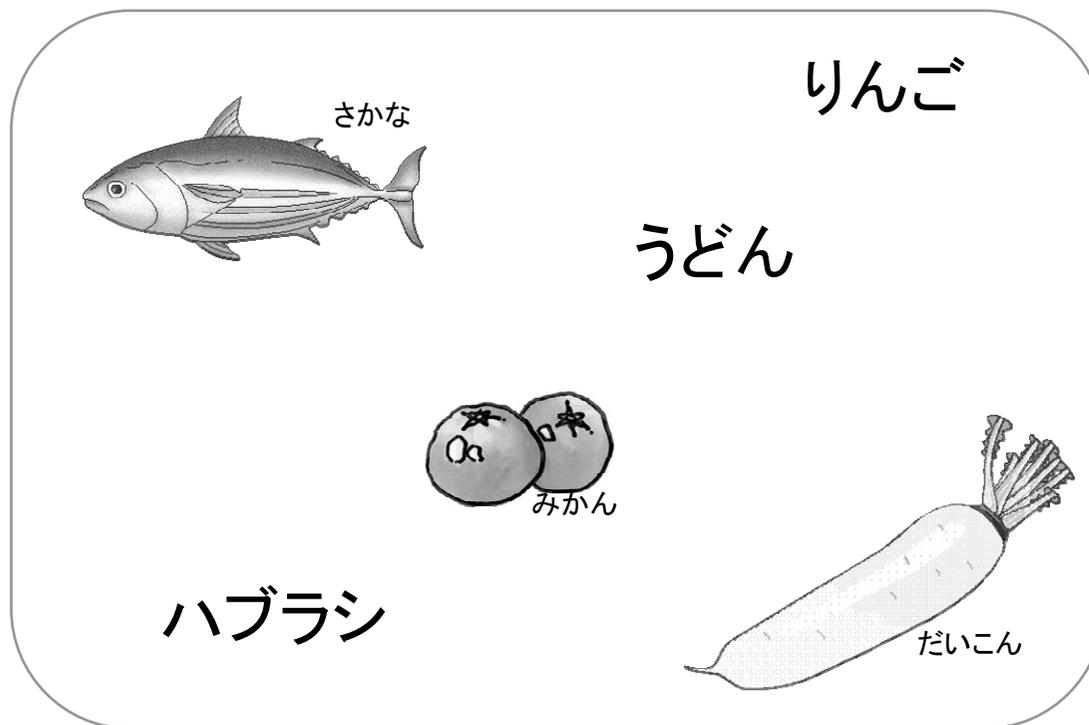
①8 ②10 ③7

おてほんの えに なるように、下のえに たりない せんを かきたしましょう。  
3かしょあります。

おてほん 砂どけい



図をみて、下のしつもんに答えましょう。



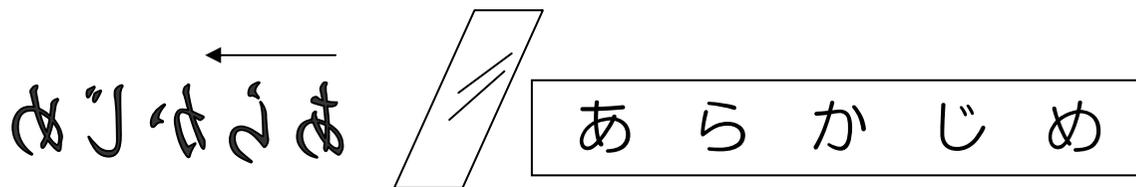
質問1：やおやさんで買うものはどれですか？

質問2：たべられないものはどれですか？

②①  
ハ  
ブ  
ラ  
シ  
・  
み  
か  
ん  
・  
だ  
い  
こ  
ん

◇鏡にうつした文字を想像して、ただしく よみましょう。

鏡にうつすと...



① へきあゑ

ふみきり

② きじあふ

そうじき

③ めくゑあよ

ようふくや

④ よじかゐあ

きょうかしよ

陶人形



◇えをよく見ましよう。どんな いろが みえて  
きますか？ はみださないように ちゅういしな  
がら、すきないろで じゅうにぬりましよう。

できあがりを考えながら、ぬる手順を考えることで、  
脳を鍛えるトレーニングです。

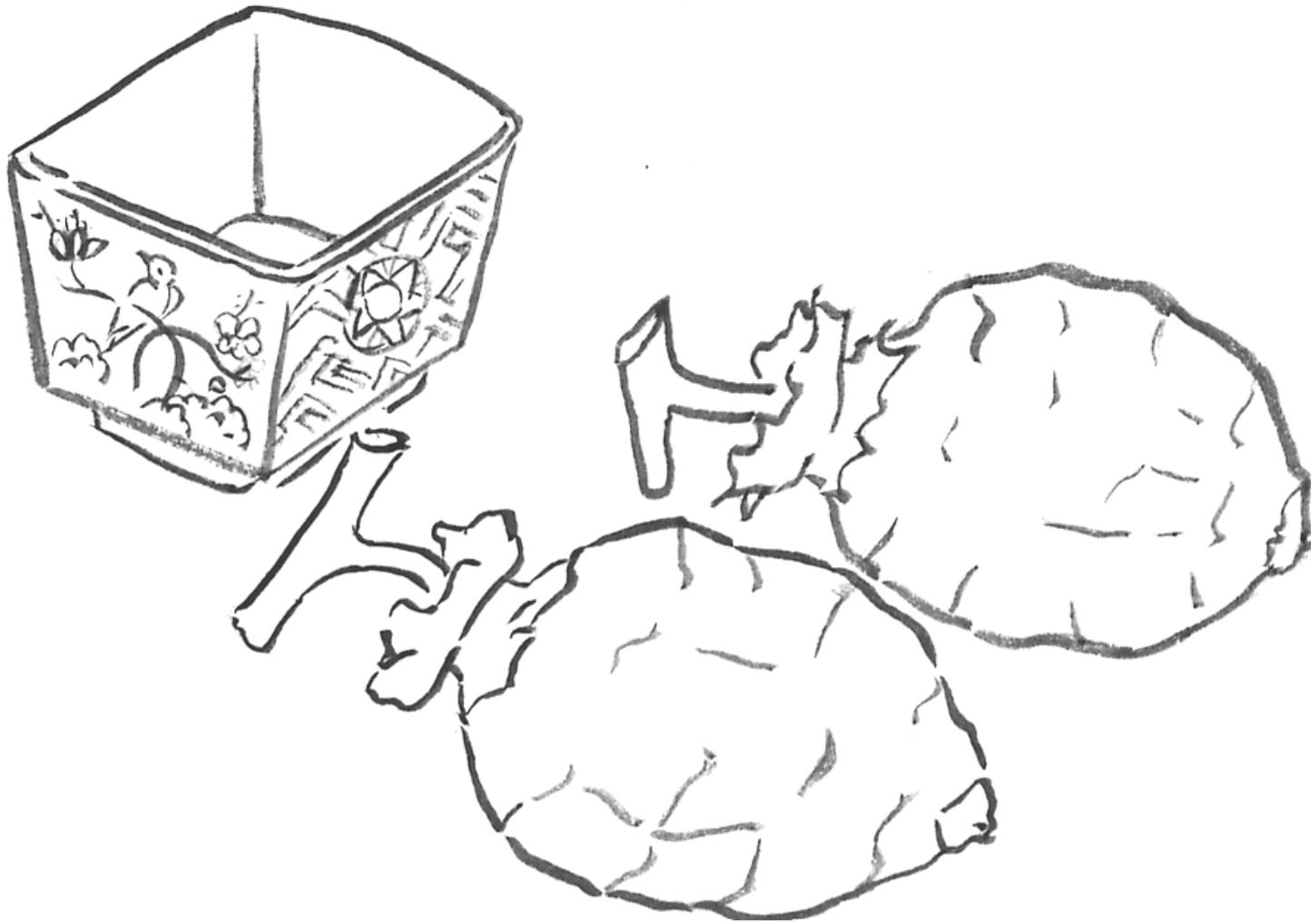
菊



◇えをよく見ましよう。どんな いろが みえて  
きますか？ はみださないように ちゅういしな  
がら、すきないろで じゅうにぬりましよう。

できあがりを考えながら、ぬる手順を考えることで、  
脳を鍛えるトレーニングです。

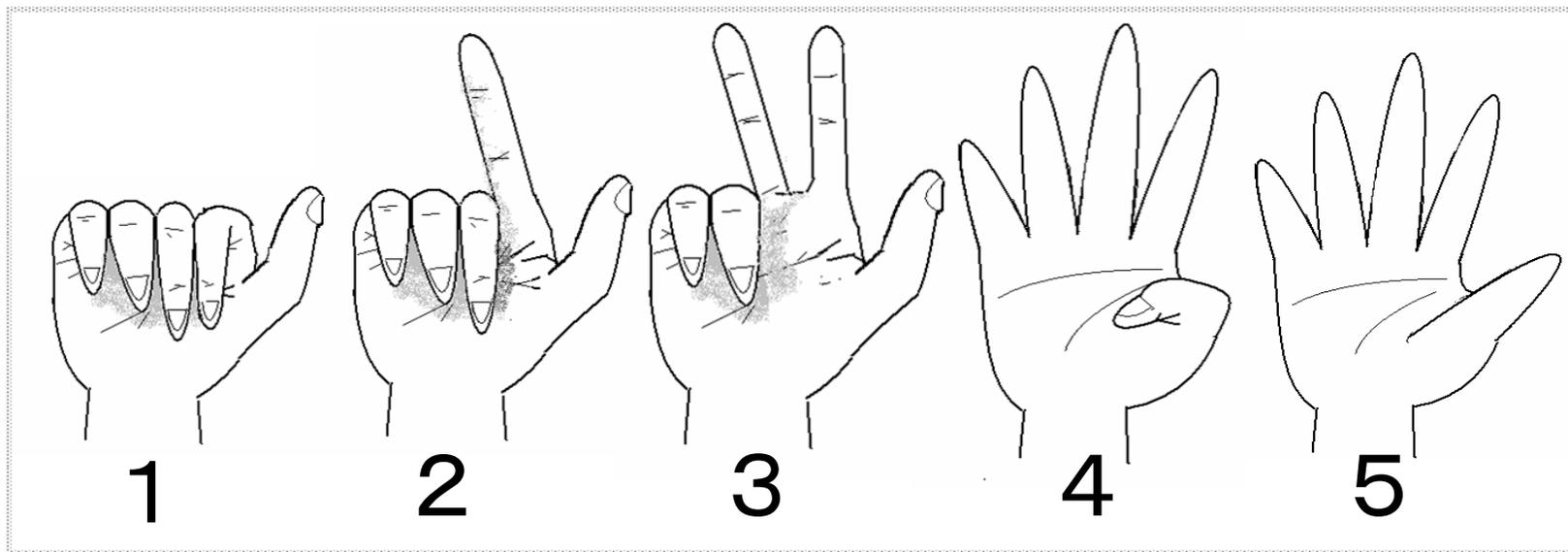
ぐい飲みと干し柿



◇えをよく見ましよう。どんな いろが みえて  
きますか？ はみださないように ちゅういしな  
がら、すきないろで じゅうにぬりましよう。

できあがりを考えながら、ぬる手順を考えることで、  
脳を鍛えるトレーニングです。

すうじと ゆびのかたちの くみあわせを おぼえます。  
つぎに 下の すうじを 声にだしてよみながら、リズムよく 指を 動かしましょう。



♪うたうようにリズムにのって

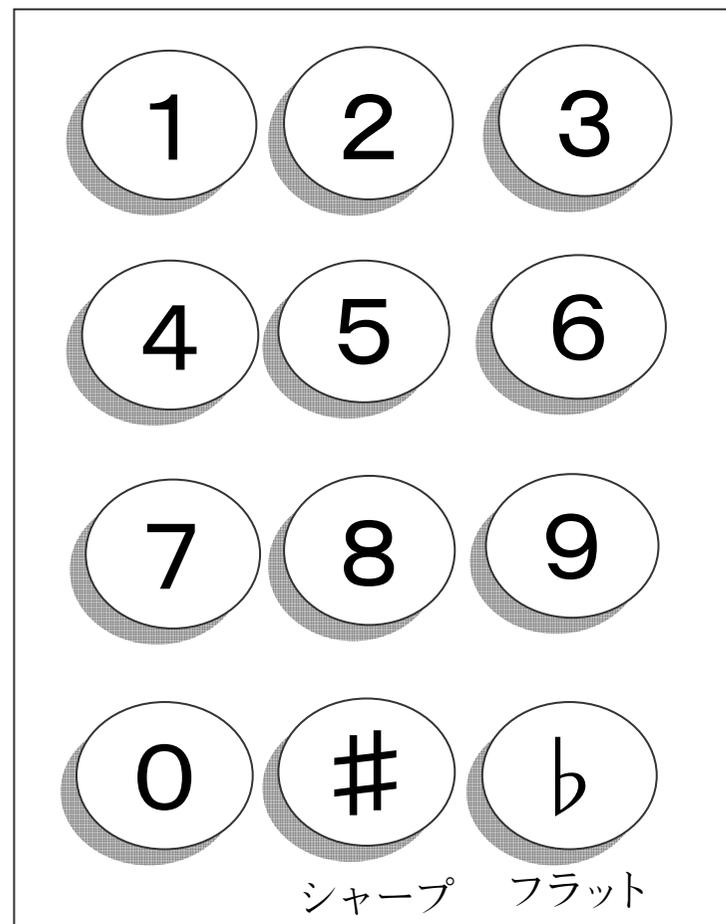
1 2 3 の 4 の 2 の 5

3 2 の 4 の 2 の 4 の 2 の 5

右手の次は左手で  
れんしゅうしましょう。

◇下のすうじを 声にだして おぼえ、番号を ゆびで おしましよ。

- ① 9764
- ② 6142
- ③ 33827
- ④ 96352
- ⑤ 7081#  
シャープ



きき手と反対の手  
でもやって  
みましょう。

下の単語を発音しながら、一音(いちおん)ごとに手をたたきましょう。  
発音、手をたたく、数えるを同時に行ないます。

「何音=手をたたいた数」を□に書きましょう。

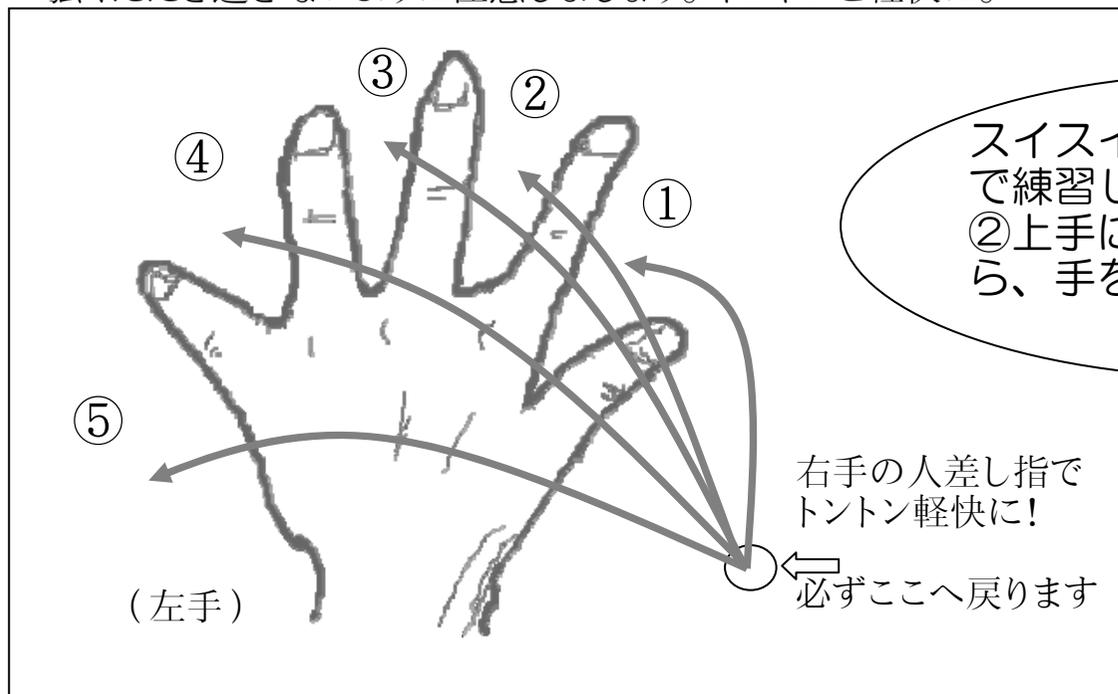
はたけ
かるた
めかくし
かいもの
おとしだま

「は」「た」「け」  
パン・パン・パン

	音	3
	音	3
	音	4
	音	4
	音	5

①左手を開いて、机におきます。右の人差し指で左手指のすき間を順につついていきましょう。

強くたたき過ぎないように注意しましょう。トントンと軽快に。



スイスイできるようになるまで練習しましょう。  
②上手にできるようになったら、手をかえましょう。

③歌を歌いながら行ないましょう。(もしもしかめよ〜など)  
二つの作業を同時に行うとさらに脳が活性化します。



お名前	月 日
-----	--------

◇次のことばを イメージしながら記憶しましょう(イメージ連鎖記憶法)。  
覚え方・・・ぼうしの中からタマゴが飛び出した。タマゴはたたみ上をコロコロ転がり、はがきの上で止まった。ハガキには桃の絵が描かれてあった。

ぼうし たまご たたみ はがき

もも(桃)

◇しっかりイメージできれば楽に記憶できます。あとで単語を書き出していきましょう。  
いくつ思い出せるかな？

5こ
----

お名前	月 日
-----	--------

◇次のことばを、できるだけ多く覚えましょう。  
イメージ連鎖記憶法をつかって、自分でストーリーをつくりながら記憶しましょう。

ごはん	れんが	くすり	かいこ
むすめ	こつぶ	みしん	といれ

◇あとで、覚えた単語を書き出していきましょう。  
いくつ思い出せるかな？

8こ
----

お名前	月 日
-----	--------

◇次のことばを覚えましょう。

あひる	えんか	わらじ	おんど
あきす	うどん	にもつ	すすき

◇あとで、覚えた単語を書き出していきましょう。  
いくつ思い出せるかな？

8こ
----

お名前

月  
日

1から50までを 声に出して できるだけ早く 数えます。

数えるのにかかった時間をはかってください。

※声は小さくても構いませんが、必ず数字はきちんと発音するようにしましょう。

秒

(前回 秒)

☆前回より早くできたかな？

# 重点脳力編

1

らくしゅう式  
学習型・脳機能訓練

