

らくしゅう式
学習型・脳機能訓練

重点脳力編 I

らくらく

3Goed

サングッド

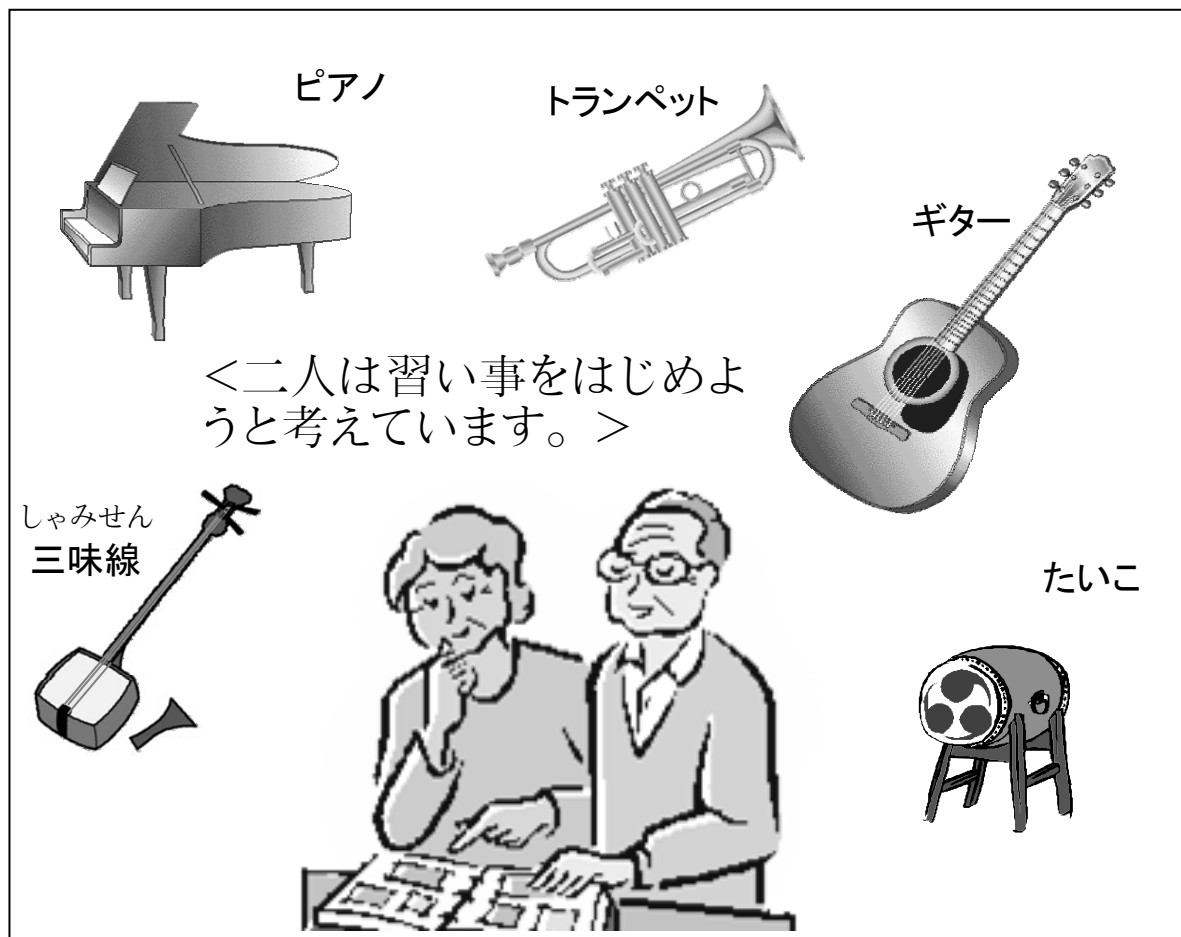
らくしゅう式 学習型・脳機能訓練
らくらく 重点脳力編 I



(お名前

)

◇上の図を1分間見てかくし、下の質問に答えましょう。



上の絵をかくして答えましょう。

質問1：打楽器はなにがありましたか？（打つ楽器、ひとつ）

質問2：メガネをかけていたのはどちらの人ですか？（男性？女性？）

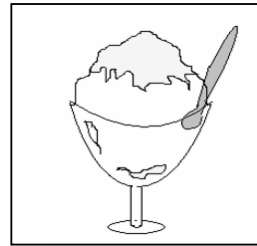
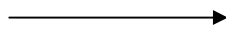
質問3：黒くて一番大きな楽器はなんでしたか？

(お名前)

◇左の言葉から連想するものを、簡単な絵で表現しましょう。
目を閉じて、自由に 連想しましょう。

おてほん

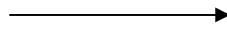
つめたい



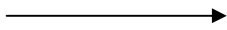
かきごおり

あつい

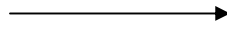
(暑い、熱い、厚い)



やわらかい



あかい



はやい

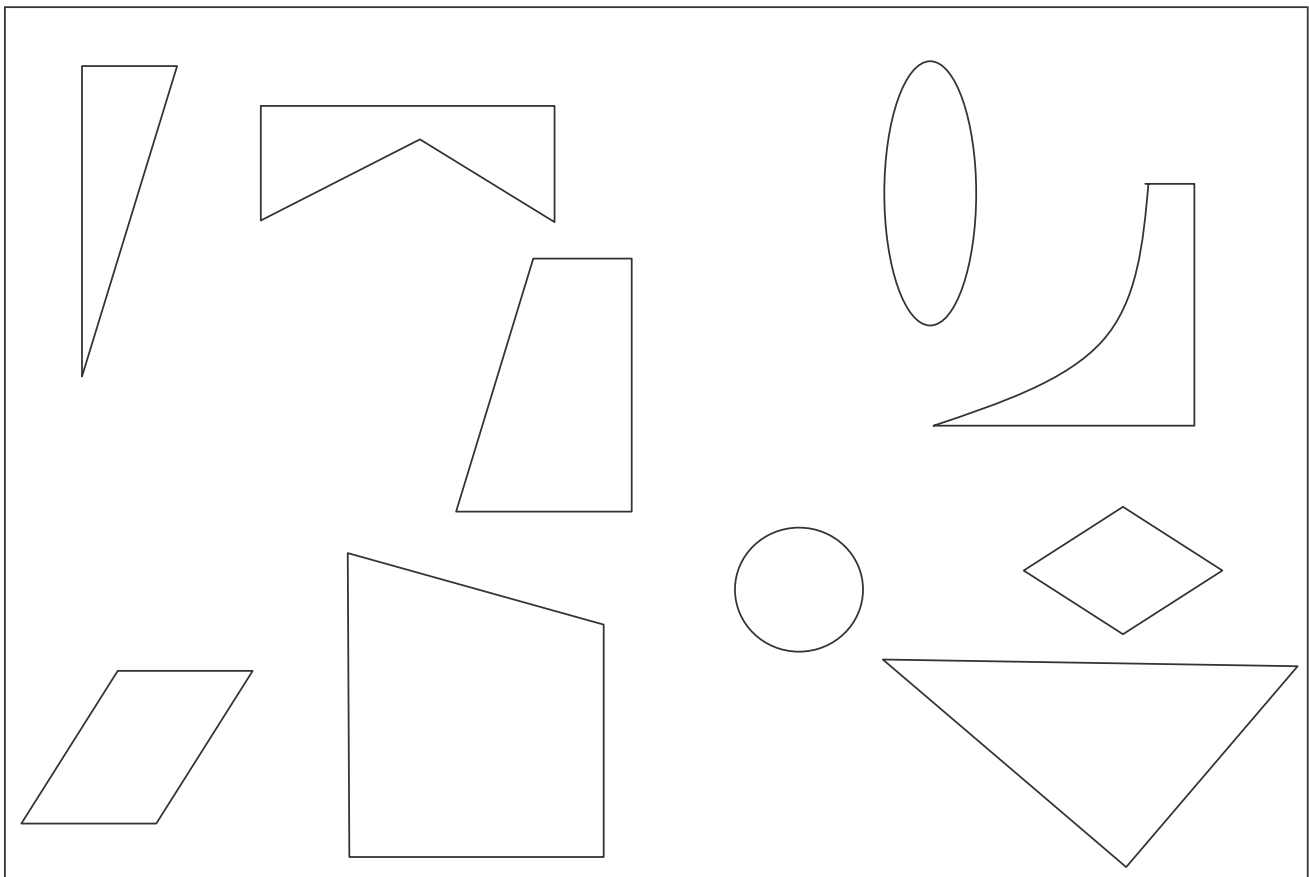
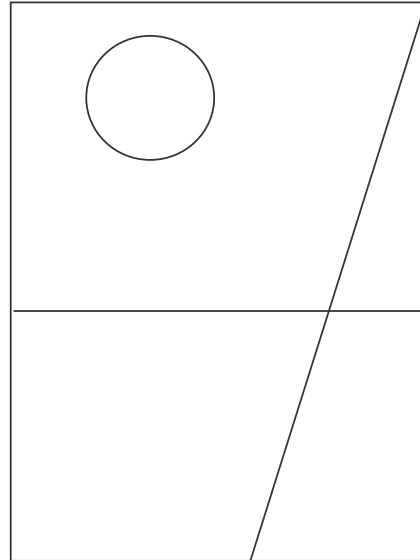
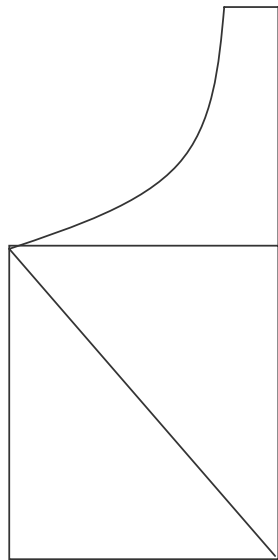
(早い、速い)



(お名前

)

上の絵に使われていない形をすばやくさがして、×をつけましょう。(4つ)

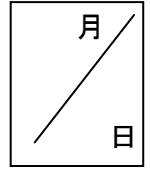


らく 重点脳力を鍛える・4

手指
運動

記憶
力

注意
分割



(お名前

)

◇下の数字を瞬時に覚えて、すばやくボタンを押しましょう。



- ① 97#64
- ② 674 b 9
- ③ 3382710
- ④ 72 b 1#5

利き手と反対の
手でもやって
みましょう。

レベルアップ

☆ボタンを押す前に、次の計算をしましょう。

⑤ 64931

$3+1=$

⑥ 87309

$7+8=$

⑦ b 49536

$6+2=$

らく 重点脳力を鍛える・5

右脳
ひらめき

図形
認識

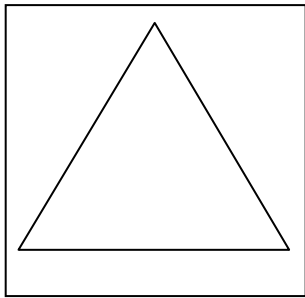
脳
柔軟性

月
日

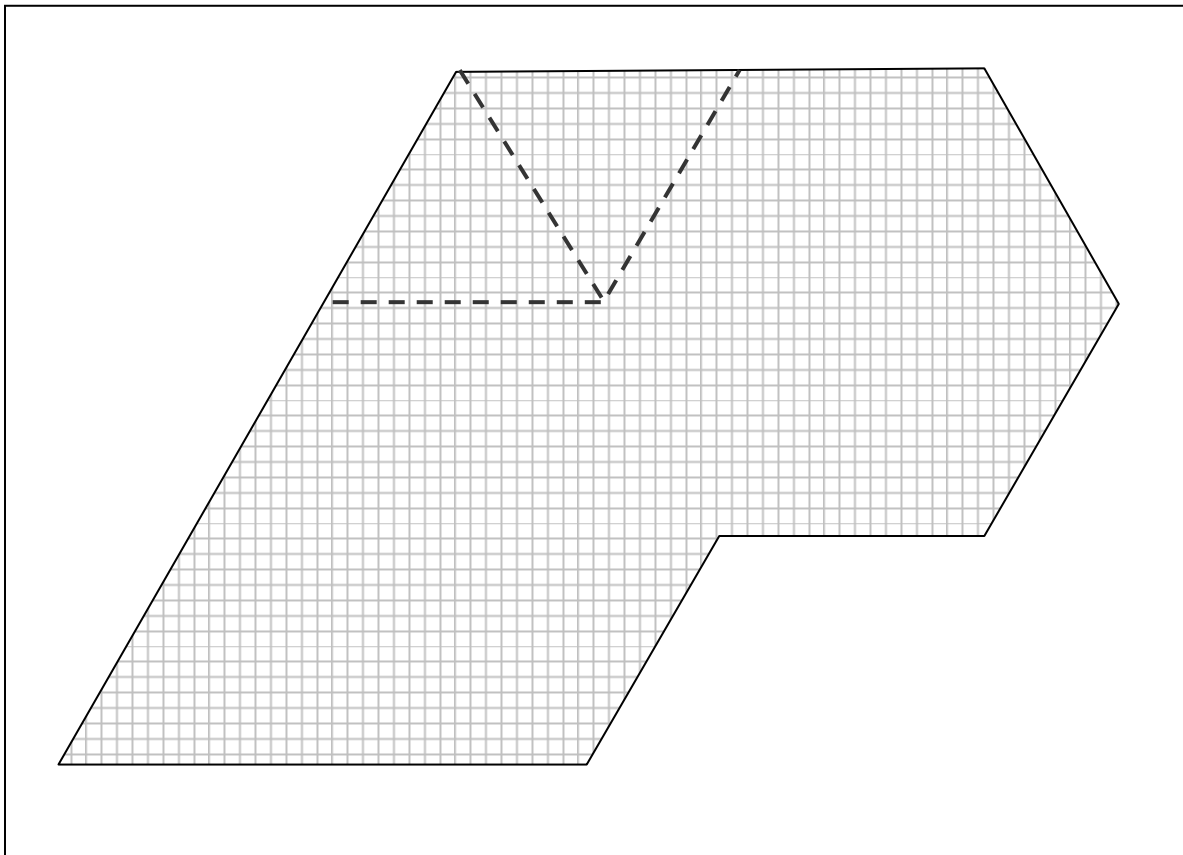
(お名前

)

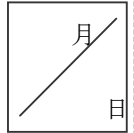
絵の中に下の形が いくつあるでしょう。パッと見て数を予想してから、実際に数え始めます。



予想した数… () 個



実際の数… () 個



(お名前)

◇ことばをパッとみて覚えます。

目を閉じて、覚えた文字をおでこに映し出すイメージで、おわりの文字から逆に読みましょう。

おてほん →

のうてんき

目を閉じて、浮かんだ文字を右から声に出して読みましょう。

き ん て …… ?

※カッコに記入する前に、必ず声に出して答えましょう。

すなのしろ ()

がいこくじん ()

ぴくにつく ()

とつぜんへんい ()

とも3こは ()

しつみ5とお ()

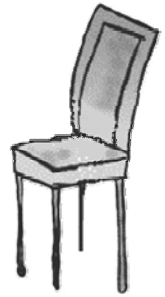
(お名前

◇指定された文字からはじまる言葉をつなげて、しりとりをしましょう。

タイム計測開始

(例)

あ	んごう	→	う	つぼ
い	す	→	す	みれ
う	んどうかい	→	い	そろう



な		→	
に		→	
ぬ		→	
ね		→	
の		→	

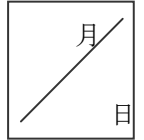
は		→	
ひ		→	
ふ		→	
へ		→	
ほ		→	

らく 重点脳力を鍛える・8

イメージ
力

右脳
ひらめき

記憶
力



(お名前

)

上の図を1分間見てかくし、下の枠に見たとおりを書き込みましょう。

		手		
	鳥			
耳		川		
				砂



初めての三輪車

あせらず、じっくり取り組みましょう。



らく 重点脳力を鍛える・9

◇絵をよく見ましょう。どんな色が見えてきますか？
はみださないように注意しながら、好きな色で自由にぬりましょう。

(お名前

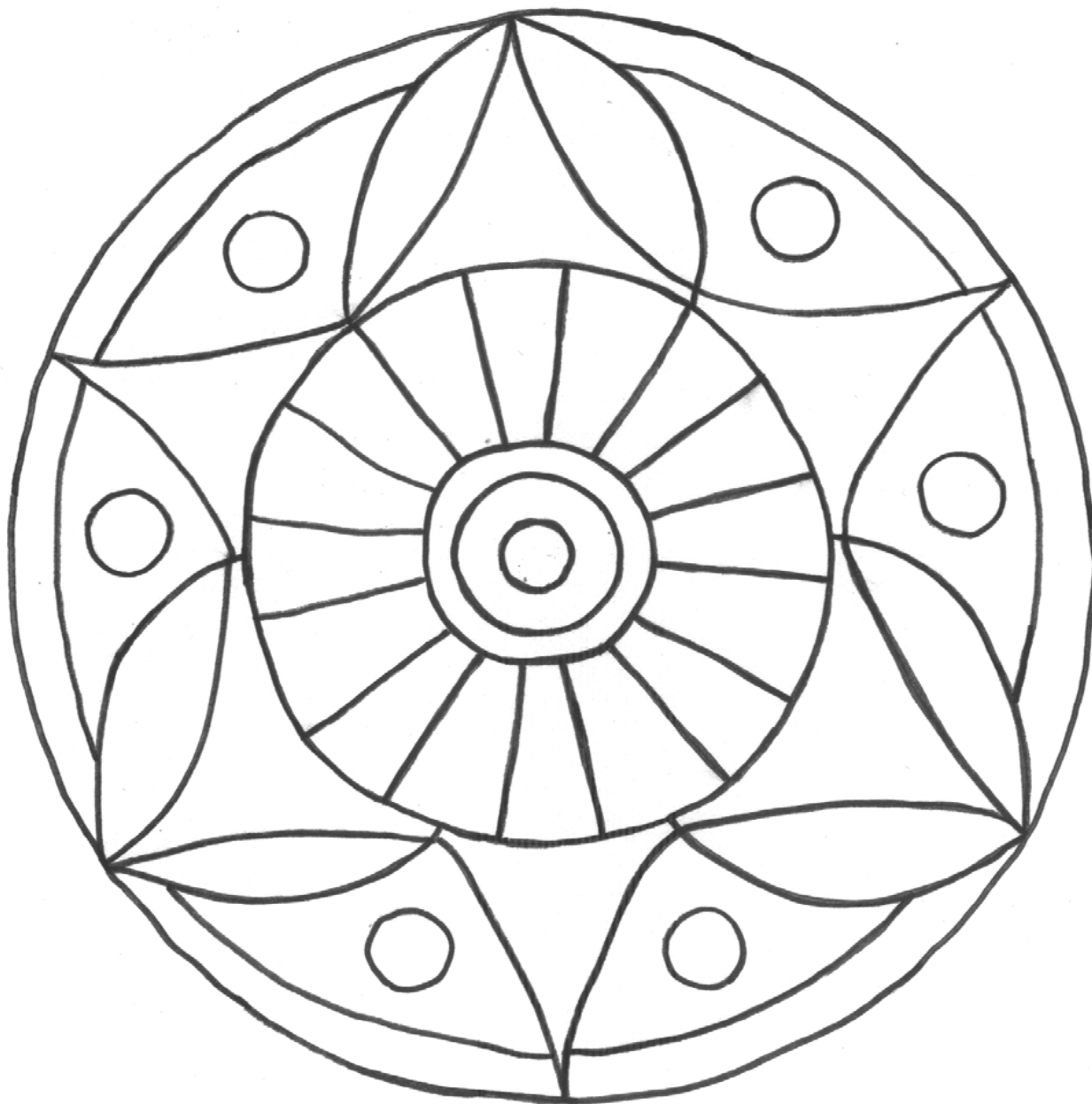
右脳
イメージ

注意
力
運筆
力

月	日
---	---

マンダラ

あせらず、じっくり取り組みましょう。



らく 重点脳力を鍛える・10

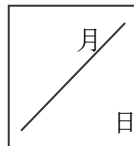
◇絵をよく見ましょう。どんな色が見えてきますか？
はみださないように注意しながら、好きな色で自由にぬりましょう。

(お名前

右脳
イメージ

注意
力
運筆
力

月
日



(お名前)

◇絵をよく見ましょう。どんな色が見えてきますか？
はみださないように注意しながら、好きな色で自由にぬりましょう。

スイートピー

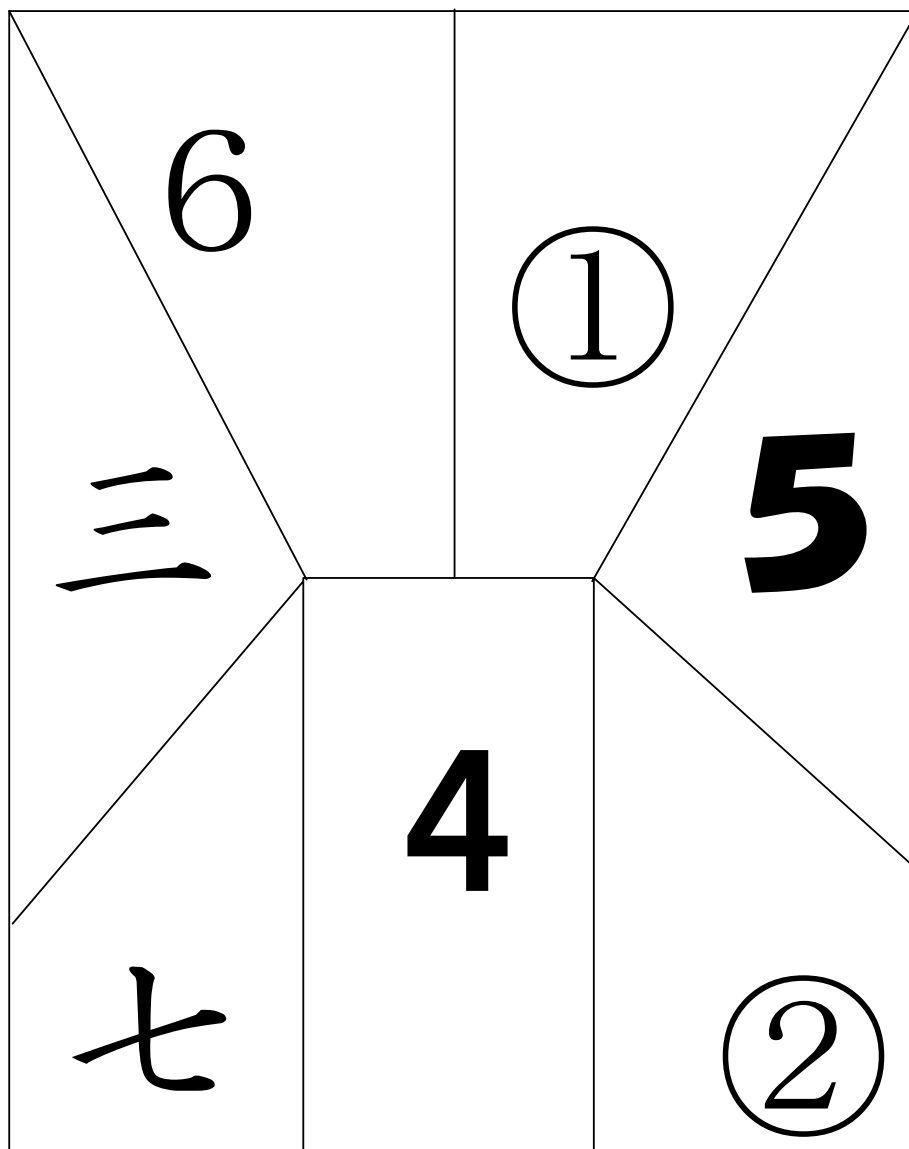
あせらず、じっくり取り組みましょう。



(お名前)

◇四角の右側に右手をおきます(手首をつける位置)。
 下の数字の順に 指で数字のある箇所を叩いていきましょう。
 そのとき、5本の指を自在に使って、すばやく叩くようにします。右手の
 後は左手で行ないましょう。

ひだり手首をつける位置



みぎ手首をつける位置

数字を声に出して読みながら おこないましょう。

→ 6 3 4 1 2 5 4 3 7 2 7
 5 2 6 3 7 4 1 6 2 5 4

スムーズにできるようになるまで練習しましょう。

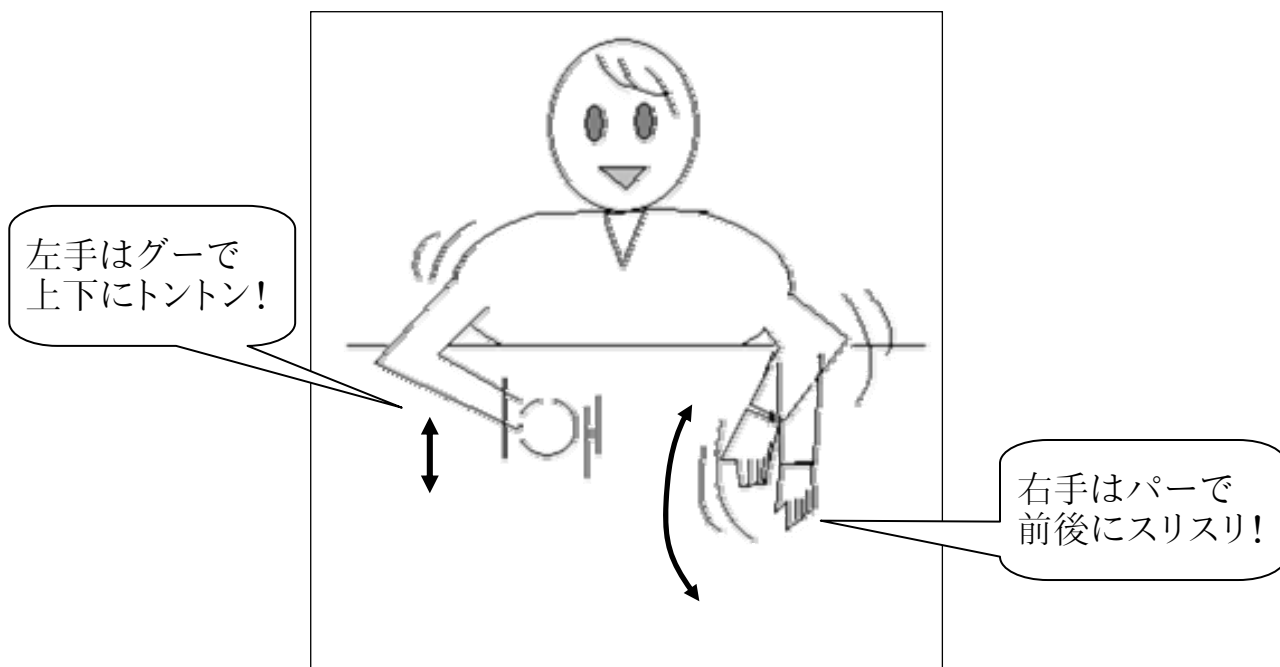
らく 重点脳力を鍛える・13

脳 手指 注意 集中
柔軟性 運動 分割 力

月
日

(お名前)

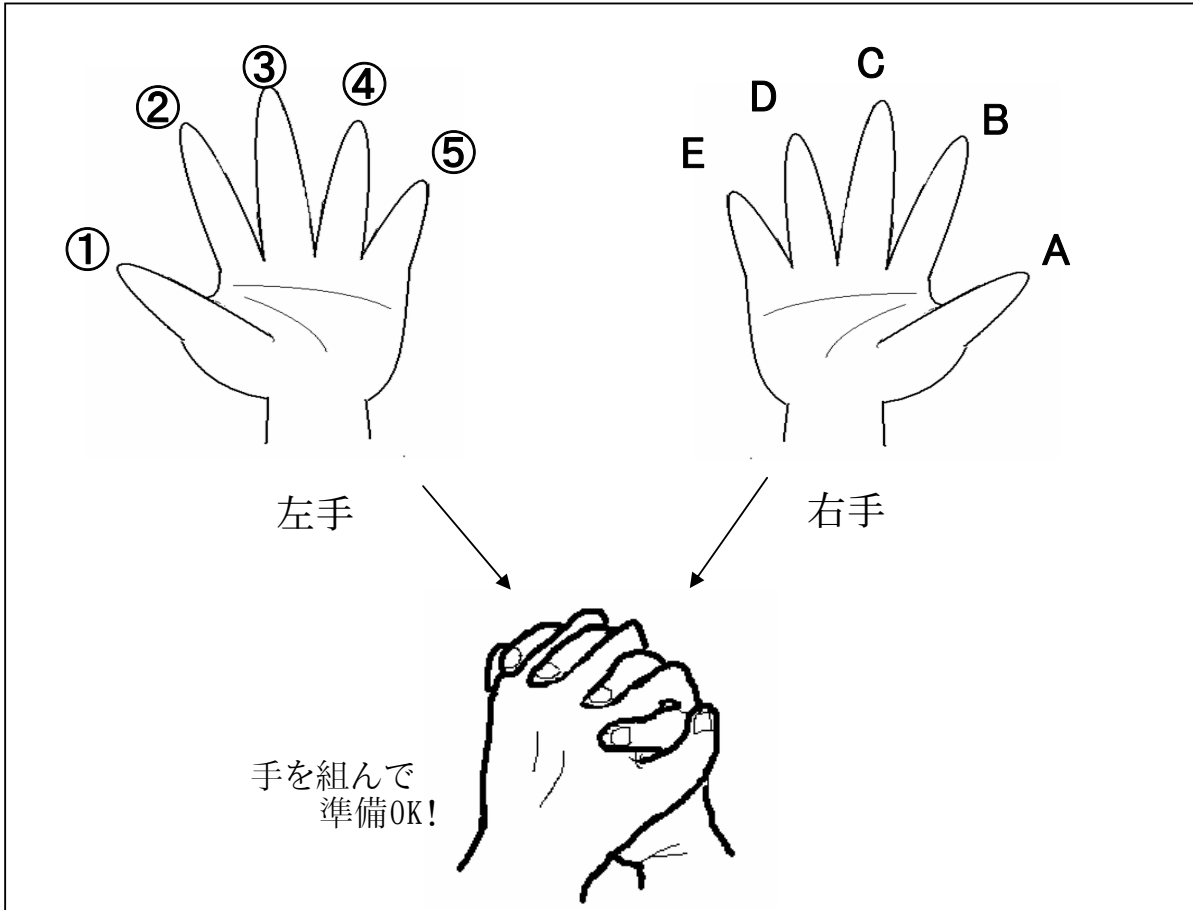
◇両手をテーブルに置きます。
はじめは、左手をグーにして机をトントンたたき、右手はパーにして
テーブルをさするのように前後に動かします。リズムよく10回続けましょう。



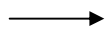
10回数えたら、左右を逆にして続けて10回行います。
だんだんスピードをあげて、左右の切り替えがスムーズになるまで
練習しましょう。

(お名前)

◇まず、数字・アルファベットと指の組み合わせを覚えましょう。
数字・アルファベットにあわせて、リズムよく指を動かしましょう。



文字を読みながら、該当する指を 上げおろししましょう。



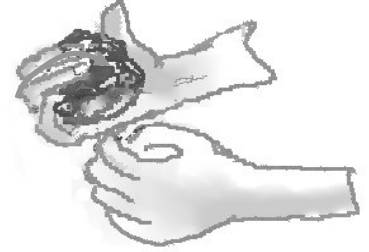
5 D 1 4 B D 2 E

A E 2 C 1 5 3 4

スラスラできるように練習しましょう。

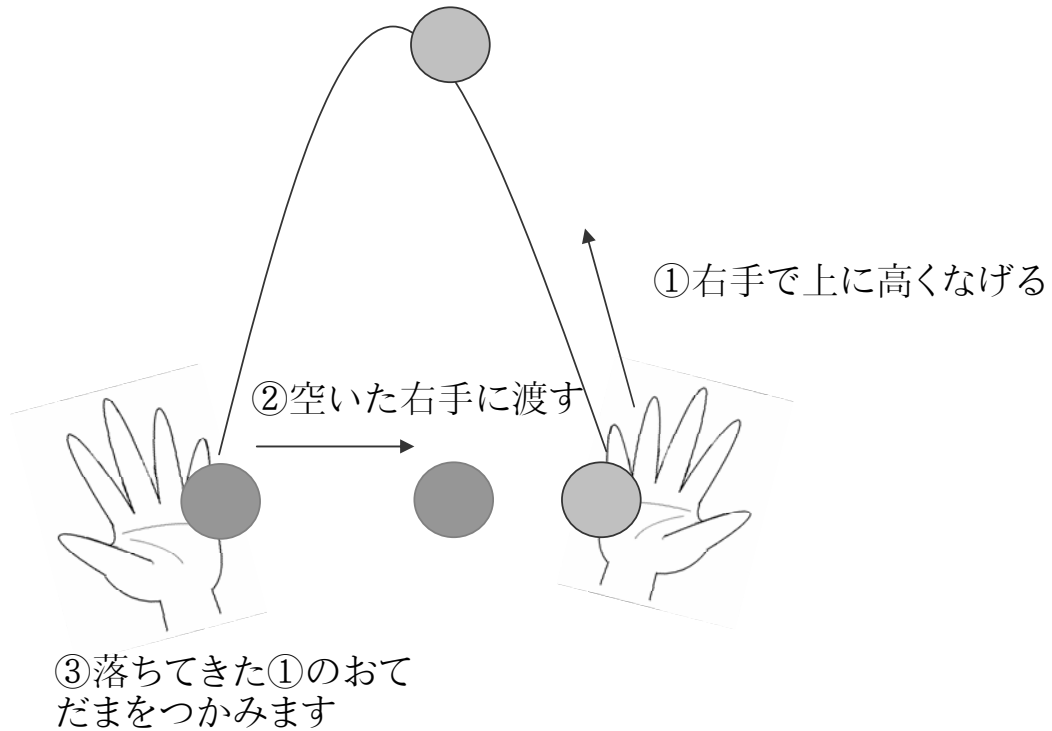
(お名前)

お手玉をつくります。
新聞の折込みのチラシ(小さめ) 2枚を、両手でクシャクシャと丸めて2つのボールを作ります。
できるだけ手につかみやすい大きさになるまで力をこめて丸めましょう。(手のひらへの刺激)



紙おてだま二つを両手にもちます。

● ● ①、②、③を10回繰り返します。リズムカルにできるかな。

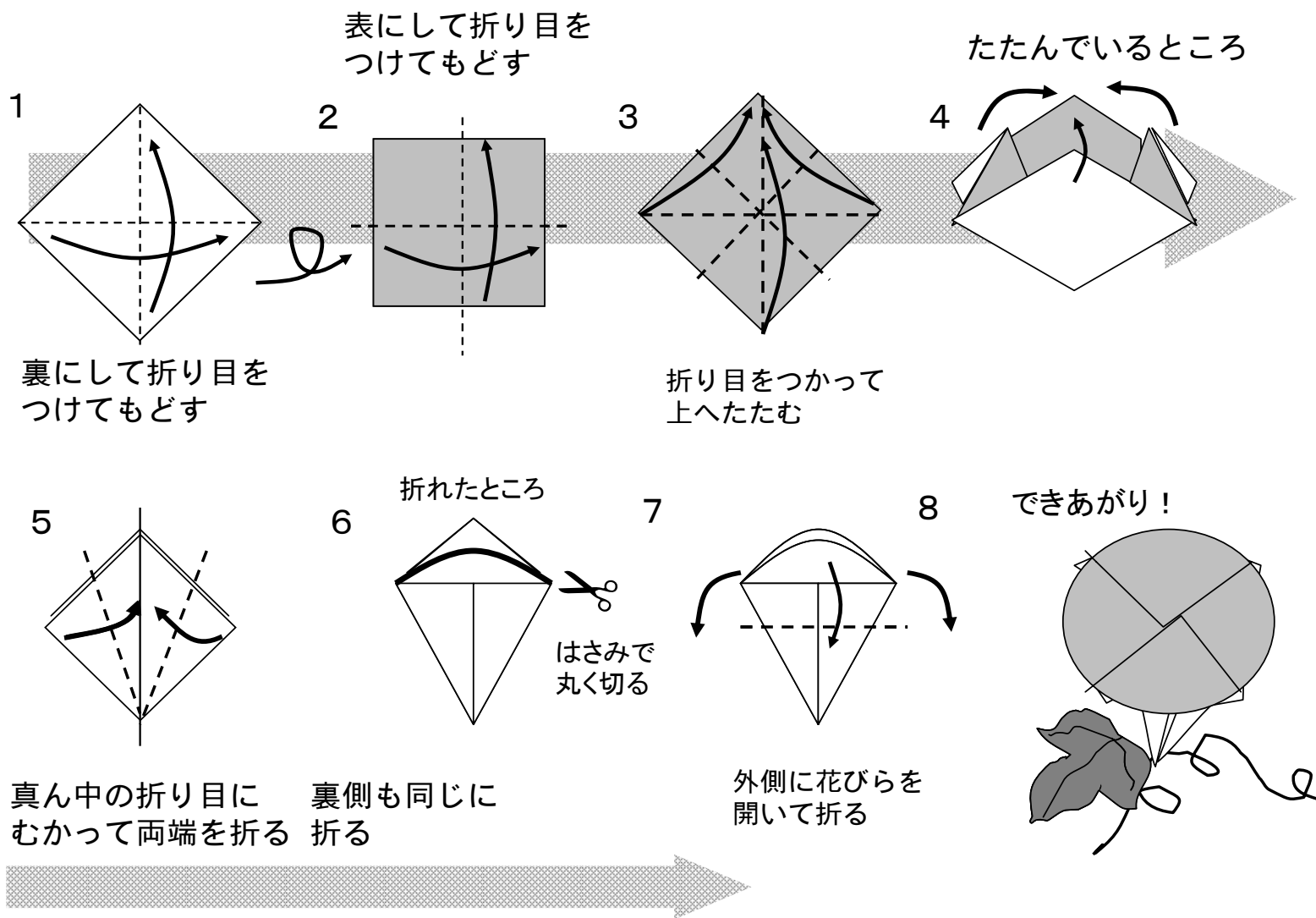


つぎに、おてだまが反対にまわるように、左手のおてだまを投げましょう。10回続けられるまで練習しましょう。

今度は手を動かしつつ、歌を歌いながら行ないましょう。
「もしもしかめよ」「ももたろうさん」など(マルチ処理能力)

あさがお

あせらず、じっくり取り組みましょう。



◇おりがみを折ります。できあがりをイメージしながら取り組みましょう。

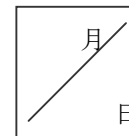
(お名前

らく 重点脳力を鍛える・ 16

手指運動

右脳イメージ

図形認識

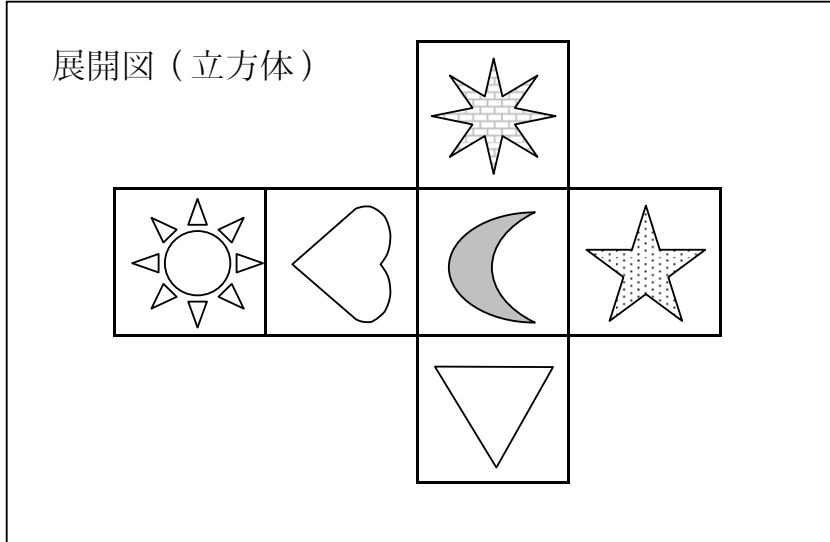


(お名前

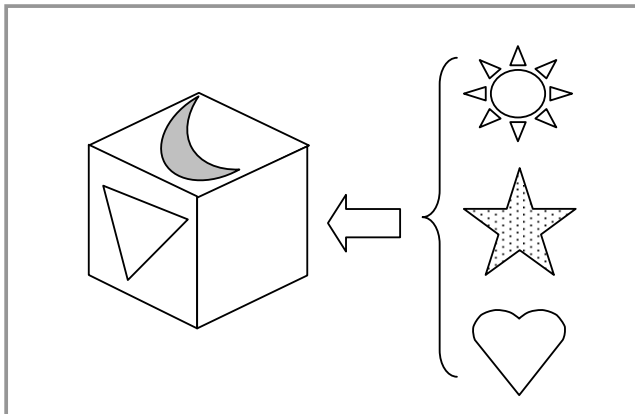
)

◇頭の中で、下の展開図を組み立てましょう。

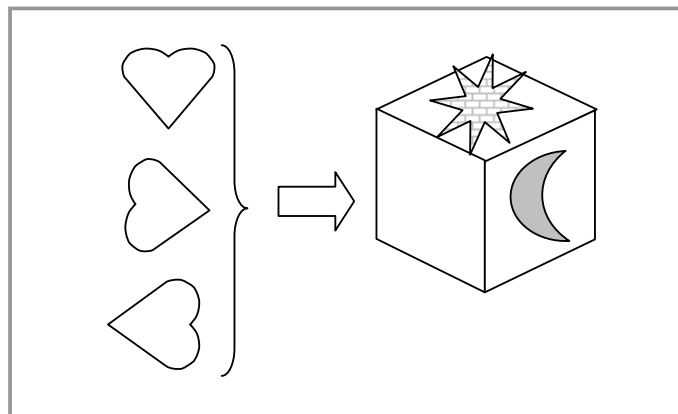
1、2、それぞれの空白の面にあてはまる形を選び○でかこみましょう。



1



2



◇答えの検証に、上の絵を紙に書き写して、
切って実際に組み立ててみましょう。(のりしろは省いてあります)

◇次のことばを、下の覚え方の通りに覚えていきましょう(イメージ連鎖記憶法)。

- 覚え方・・・①「せんろ」に「ふしめ」がある様子をイメージ。②「ふしめ」に「かつら」がのせてあるのをイメージ。
③「かつら」に「えのぐ」で色が塗られている様子をイメージ。④「えのぐ」で「まん」ともようを描く様子をイメージ。
⑤「まん」の模様が「しめじ」もようをイメージ。⑥「しめじ」を使って床をこすり、「そうじ」をする様子をイメージ。
⑦「そうじ」したら赤い「とりい」があらわれた。ありがたや～、をイメージ。

せんろ ふしめ かつら えのぐ
まん しめじ そうじ とりい

⑦までをイメージして頭にいれたら、白紙に覚えた単語を書き出していきます。

いくつ思い出せるかな？

8こ

◇次のことばを、2分間で、できるだけ多く覚えましょう。

すいじ きょうし せんす まっち
さいふ けむり しーつ あせり
きおく あんず ろーぷ でんわ

◇2分たったら、紙を裏返すなどして、白紙に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？

12こ

◇次のことばを、2分間で、できるだけ多く覚えましょう。

にもつ えいが はがき くらげ
しょうわ かっぱ めろん えんじ
こあら めいし くうき でんわ

◇2分たったら、紙を裏返すなどして、白紙に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？

12こ

お名前

月
日

1から100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。

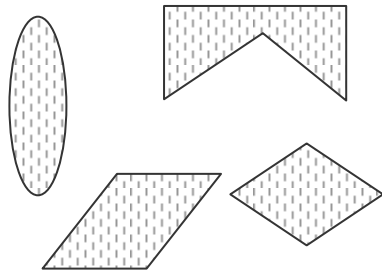
秒

(前回 秒)

☆前回より早くできたかな？

解答

らく右脳8 使わない形...



らく右脳10

△のかず...15個

らく右脳22

展開図 1...



2...





重点脳力編

Ⅰ

らくしゅう式
学習型・脳機能訓練