

# がじまある通信<No.20>

6月になり、梅雨の時期に入ってきました。梅雨の時期の花といえ  
ば「アジサイ」が有名ですが、普段私たちがきれいだと思っている  
アジサイの花びらの部分は、実は「がく」という葉っぱが変形した  
ものらしいです。驚きですね(∩∩)さて、今回のがじまある通信では  
「脳トレ」について紹介していききたいと思います。



## がじまあるでの脳トレ内容



がじまある予防センターでは、脳トレの一環として、簡単な計算問題  
・漢字・ひらがなの問題などの様々なプリント問題を利用者の皆様  
に提供しています。では、これらのプリント問題がどのような効果  
を脳にもたらしているのか、説明していきます。



## 計算問題と脳の関係

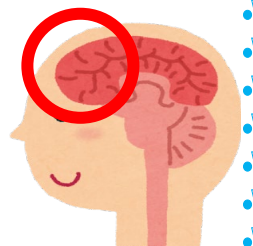


計算問題を行った際に活性化されるのは「**前頭前野**」と呼ばれる部分

です。この脳の部分は

- ・感情の制御やコミュニケーション
- ・まわりの状況や状態を把握する
- ・順序だてて物事を行う

などの認知機能において非常に  
重要な部位といわれています。





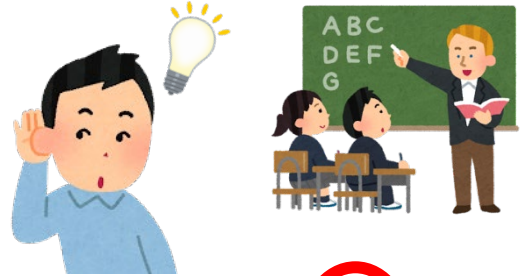
# 漢字・ひらがなと脳の関係



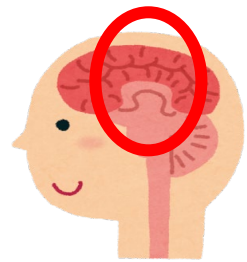
漢字やひらがなの問題を行ったとき、活性化されるのは主に「側頭葉」

と「頭頂葉」と呼ばれる部分です。これらの脳の働きとしては

- ・耳で聞いた情報を処理・理解する
- ・見たものの記憶や言葉の記憶をする
- ・場所の把握



などの言語や記憶・体全体の感覚をつかさどる部位になっています。



## 最後に

このようにプリント問題での脳トレといっても、行う科目によって脳の使う箇所が全く変わってきます。今回は一部しか紹介しませんでした。がしまあ予防センターでは他にも迷路や間違い探しなどの別の種類の問題も出しています。様々なプリントを行い、脳をトレーニングして、元気な脳で健康的に過ごしていきましょう！！



## コロナ対策のお知らせ

コロナウイルスは2類相当から5類感染症へと国からの通達がありました。が、当施設では、引き続きコロナ禍時の感染対策を継続しています。ご理解、ご協力のほどよろしくお願い致します。

<発行元> 株式会社 アメニティプラス 〒901-2227 宜野湾市宇地泊 100  
ティサービスセンターがしまあ 098-942-8239 予防センター 098-943-3192  
ケアプランうちどまり 098-942-8238 **R5.6.1 発行(年4回発行予定)**