

たった30日! もの忘れストップ! 大人の記憶脳ドリル

対象

シニア世代

仕様

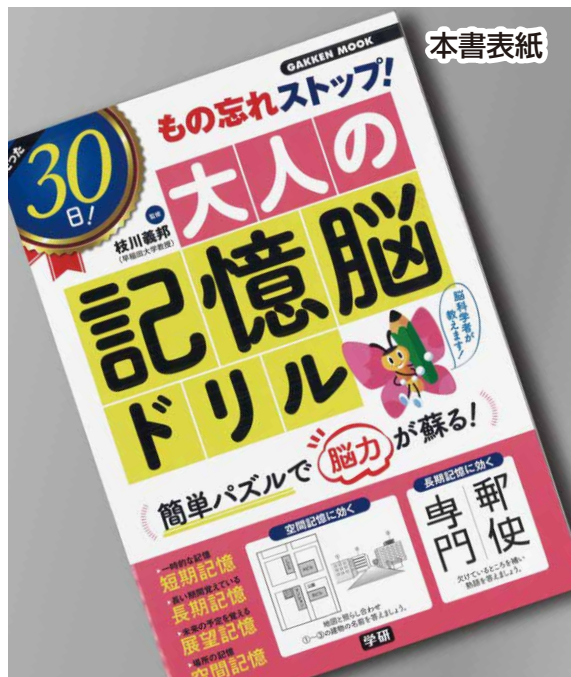
B5判・1色／112p

作業内容

企画構成・原稿執筆・編集校正・DTP組版

作業期間

3ヶ月



本書表紙



この仕事のポイント

- 監修の先生に取材をして、先生のお考えに沿った問題パターンを作成した。
- 単純な脳トレではなく「記憶力」にフォーカスし、その問題によってどんな記憶力が鍛えられるかを明示。
- 漢字、計算、イラストなどさまざまなバリエーションで構成。

計算問題

1. マーク計算

集中力・注意力

短期記憶

10 / 8

次のルールを覚えて計算しましょう。

◆ = 2, ☆ = 4

▲ 覚えたら、ルールを紙などで隠してください。

- | | |
|---------------|-----------|
| ① ☆ + ◆ = | ② ◆ + 6 = |
| ③ 7 - ☆ = | ④ 9 - ◆ = |
| ⑤ ◆ × ☆ = | ⑥ 8 ÷ ◆ = |
| ⑦ ☆ + 3 - ◆ = | |
| ⑧ ☆ ÷ ◆ × 5 = | |

2. 熟語を作ろう

記憶力

長期記憶

10 / 2

矢印の方向に漢字を読むと熟語が完成するように、真ん中の□にあてはまる漢字を書きましょう。



漢字問題

3. 同じ絵を描いてみよう

集中力・注意力

記憶力

短期記憶

10 / 4

次の絵を、(ポイント)に注意して覚え、下に描きましょう。



(ポイント)

- | | |
|-------------------------------|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 顔の向き | <input type="checkbox"/> 体の向き |
| <input type="checkbox"/> ポーズ | <input type="checkbox"/> シッポの形 |

▲ 覚えたら、上の絵を紙などで隠してください。

記憶力に
フォーカスした
イラスト問題

4. 昭和思い出しクイズ

記憶力

長期記憶

10 / 3

昭和時代にまつわるクイズに答えましょう。

- ① 電化製品の三種の神器は、「洗濯機」「白黒テレビ」、もう1つは？

_____ 庫

- ② オードリー・ヘップバーン主演の名作映画といえば？

_____ ローマの

- ③ 1970 (昭和 45) 年大阪万博のシンボルは？

_____ の塔


たった30日! もの忘れストップ! 大人の記憶脳ドリル




ページ例

3 日め 月 日

1. 視点を変えて見よう **集中力・注意力** **空間記憶** 正解数 / 1

次の図形を回転させたものとして正しいものを選び、記号で答えましょう。



ア  イ  ウ 

2. ○○集め **想起力** **長期記憶** 正解数 / 8 / 6

次の条件に合うものを思い出して書きましょう。

① デザート・おやつに食べる甘いもの (8個)

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

② 食事をするとき使うもの (6つ)

<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

3. 新しい人との出会い **記憶力** **短期記憶** 正解数 / 5

あなたは趣味の登山サークルで、新しいメンバーを募集している。話を聞いて、3人の新しいメンバーのことを覚えて、後の問題に答えよう。

★この人たちは、後のページの問題にも繰り返し出てくるので、内容をよく覚えておいてください。

監修者の意図に沿った様々な問題

今日からこのサークルに3人の方が加わります。自己紹介してもらいましょう。

田中 **リーダー**

田中 **田中**

長谷川 **長谷川**

坂本 **坂本**

▲覚えて、上の会話を紙などで隠してください。

① 田中さんが登山サークルに入ったのはなぜでしたか。次から選び、記号で答えましょう。

ア 登山仲間をふやすため。
イ 健康のため。
ウ 登山が好きなため。

② 新しいメンバーのうち、大学生は何という名前でしたか。

次は「6日め」に登場します。

心がけたこと①

●監修の先生の意図に沿わない内容にならないこと (巻頭特集含む)。

●達成感を感じられるレベル設定にすること。

ページ例



心がけたこと②

●シニア世代が「懐かしい」「こんなことあった」と思い出して楽しくなる内容にすること。

懐かしさと楽しさを重視した内容

1 日め 月 日

1. 計算式を覚えて、頭の中で数字と「+」「-」の計算式に直して答えを出しましょう。 正解数 / 6

① サンタスニ = ② ロクヒクヨン =

③ ゴタスナナ = ④ ハチヒクゴ =

⑤ ヨンタスイチタスサン =

⑥ キュウヒクサンヒクニ =

2. 間違い探し **集中力・注意力** **記憶力** **短期記憶** 正解数 / 9

右ページの絵には9箇所間違いがあります。見つけて○で囲みましょう。



3. 漢字しりとり **想起力** **長期記憶** 正解数 / 5

①～⑤に〈リスト〉から選んだ漢字を書き入れ、漢字のしりとりを完成させましょう。

スタート

国	旗	手	①	当	番
⑤					付
内					②
湾					音
港	④	真	写	③	読

〈リスト〉

空
外
書
配
録




エディットの強み

●企画案を監修者と打ち合わせ (取材対応も可) をしながら具体化することができます。

●国語・数学・理科・社会・英語の、大人向け脳トレ本に対応できます。

2 日め

月 日

1. マーク計算

集中力・注意力

短期記憶

正
解
数

/ 8

次のルールを覚えて計算しましょう。

◆ = 2、☆ = 4

▲ 覚えたら、ルールを紙などで隠してください。

① ☆ + ◆ =

② ◆ + 6 =

③ 7 - ☆ =

④ 9 - ◆ =

⑤ ◆ × ☆ =

⑥ 8 ÷ ◆ =

⑦ ☆ + 3 - ◆ =

⑧ ☆ ÷ ◆ × 5 =

2. 熟語を作ろう

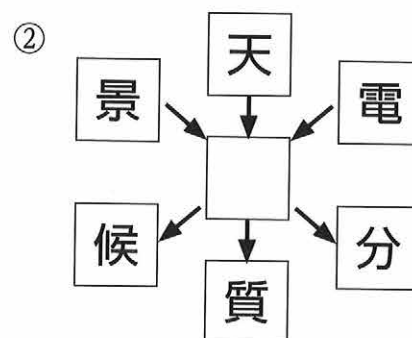
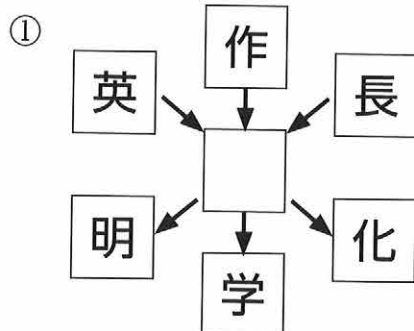
想起力

長期記憶

正
解
数

/ 2

矢印の方向に漢字を読むと熟語が完成するように、真ん中の□にあてはまる漢字を書きましょう。



3. 新しい人との出会い

記銘力

短期記憶

.....

正
解
数

/ 2

あなたは趣味の登山サークルで、新しいメンバーを紹介されました。会話をよく読み、3人の新しいメンバーのことを覚えて、後の問題に答えましょう。

★この人たちは、後のページの問題にも繰り返し出てきます。会話の内容をよく覚えておいてください。



リーダー

今日からこのサークルに3人の方が加わります。自己紹介してもらいましょう。



田中

田中といいます。定年退職してから、健康のために登山をはじめました。よろしく。



長谷川

長谷川です。若い頃から登山が好きで、もっと登山仲間に出会いたくてこのサークルに入りました。



坂本

坂本です。大学生です。経験豊富なみなさんにいろいろ教えてほしいです。よろしくお願いします。

▲ 覚えたら、上の会話を紙などで隠してください。

- ① 田中さんが登山サークルに入ったのはなぜでしたか。次から選び、記号で答えましょう。

- ア 登山仲間をふやすため。
イ 健康のため。
ウ 登山が好きなため。

- ② 新しいメンバーのうち、大学生は何という名前でしたか。

次は「6 日め」に登場します。

