



「脳楽習」便り

令和4年10月号

電話：047-342-0005



今月のワンポイント ～ストレスをためない～

ストレスは、日常生活から受ける刺激による緊張状態のことです。ためると心身に不調をきたします。誰でもストレスがあります。天気・音・人間関係・病気・不安・悩み・多忙等が要因になります。上手に解消したいですね。

ストレス解消のヒント

♪ リラックスする時間を持つ！

- *自然（虫や鳥の声・花・風・月・風景等）をみつめる
- *創作・作業・料理・映画・ドラマなどに没頭する
- *深呼吸して体の力を抜く
- *ぼんやりする時間を持つ
- *好きな音楽を聴く
- *良い部分にも注目する
- *気持ちを誰かに打ち明ける
- *運動する・散歩する
- *雑誌・写真・絵を眺める



鳥の声を聞きながら



今月の『脳楽習』「お得はどっち？」より

①ニンジン



1本 88円

5本 450円

$$450 \div 5 = \square$$

1本 円

脳楽習

さくしよ もじ か あやま
「**錯書**」文字の書き誤りについて
失語症状の1つ「錯書」。誤り方に特徴があります。



けいたいせいさくしよ
形態性錯書：形が似た文字に誤る（も 持つ ⇔ ま 待つ）

おんいんせいさくしよ
音韻性錯書：かな文字の音や並び順を誤る（みかん ⇔ みんち）

いみせいさくしよ
意味性錯書：意味が似た文字に誤る（うめ 梅 ⇔ さくら 桜）

「書く」リハビリとは・・・個人に合う方法で少しずつ進めます
字を写す → 選択肢から選んで書く → 初めの文字をヒントに書く
→ 漢字の偏をヒントに書く → 1~3画のヒントで漢字を書く → 仮名の練習 → ヒントに続く文の一部を書く → 文を書く

答え：「1本88円の人参」5本450円の人参は、 $450 \div 5 = 90$ つまり1本90円です。1本88円の人参より、1本あたり2円高いです。普段のお買い物でも計算してみてください。