

楽しくチャレンジ!

脳活ドリル

アタマが喜ぶ

1068問

脳内科医・医学博士／「脳の学校」代表

加藤俊徳 監修

本書の目次

ドリル達成チェックシート	2	本書の使い方	10
特盛超得プレゼント	4	脳活ドリル 1～140日目	12
【巻頭特集①】 生活習慣の改善によって 認知症は予防・遅延できます	6	1～140日目の解答	152
【巻頭特集②】 8つの「脳番地®」を意識して 効率的に脳を鍛えましょう	8	プレゼントの応募方法	162
		スマホでの応募方法	163

