

楽しくチャレンジ!

脳活ドリル

若さハツラツ

1088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

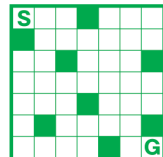
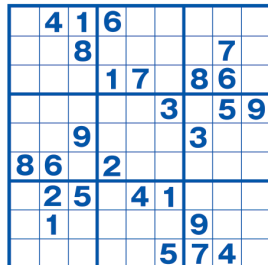
ドリル達成チェックシート	2	【脳を効率良く鍛えるために】
特盛豪華プレゼント	4	8つの「脳番地 [®] 」を意識して
		効率的に脳を鍛えましょう
【脳に良い生き方とは?】		10
認知症を防ぐための		
新しい生活習慣を始めましょう	6	脳活ドリル
		1～150日目
【認知症予防の最先端】		12
脳活パズルだけじゃダメ!		
軽い運動や日常会話も大切です	8	1～150日目の解答
		152
		プレゼントの応募方法
		162
		スマホでの応募方法
		163

*「脳番地」(登録第 5056139 / 第 5264859) は脳の学校 (登録 4979714) の登録商標です。



棚から?????

奇想?外



世
手?暇
体

●+●+●-●-●+●=?

さひじおてもり式
?いんホ?きこ。あおの